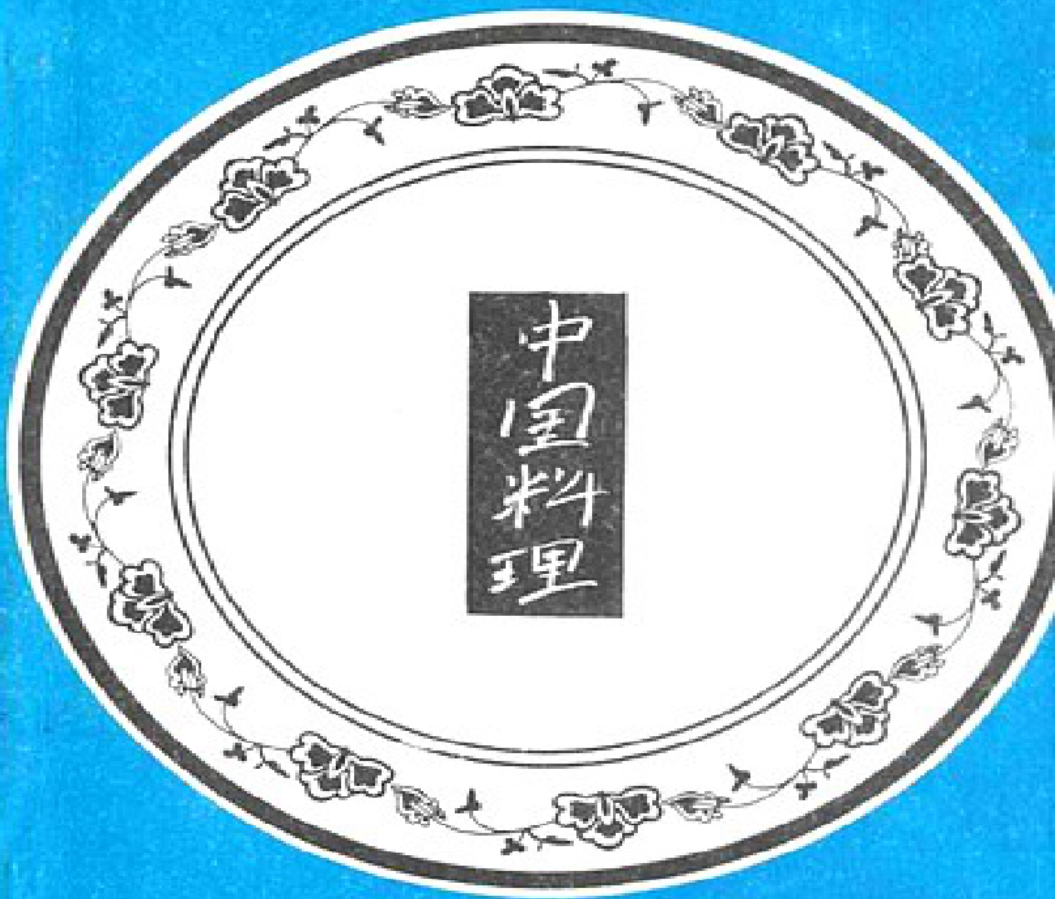
УШАКОВ ЮРИЙ АНДРЕЕВИЧ



КИТАЙСКАЯ КУХНЯ В ВАШЕМ ДОМЕ

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

«Королевство кулинарии» - так иногда называют Китай в разных странах, отдавая должное необычным, разнообразным и вкусным блюдам китайской кухни и тому удовольствию, которое она доставляет всякому, кто ее отведал.

В повседневной жизни большинство китайцев употребляет в пищу те же продукты, что и мы. Предпочтение отдается свинине, курице, рыбе, капусте и другим овощам, рису, изделиям из муки. Однако способы их приготовления, как уже отмечалось, таковы, что по виду, вкусу и аромату они резко отличаются от блюд, приготовленных нашими поварами или хозяйками.

- Китайская кухня в вашем доме
  -
  - ОТ АВТОРА:
  - ОБ ИСТОРИИ КИТАЙСКОЙ КУХНИ И ЕЕ ОСОБЕННОСТЯХ
    -
    - Тепловая обработка
    - Ароматизации и специи
    - Приготовление смешанных специй
    - Особенности жарения во фритюре
    - Размачивание сушеных продуктов
    - Молодые ростки гороха, сои, чеснока
  - НЕКОТОРЫЕ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ
  - РЕЦЕПТУРА КИТАЙСКИХ БЛЮД
    - Холодные закуски
    - Блюда из свинины
    - Блюда из говядины
    - Блюда из баранины
    - Блюда из птицы
    - Блюда из рыбы и морских продуктов
    - Блюда из субпродуктов
    - Блюда из овощей
    - Блюда из яиц
    - Мучные блюда, рис
    - Бульоны и супы
    - Сладкие блюда
  - Список использованной литературы

中国料理

ОТ АВТОРА:

«Королевство кулинарии» — так иногда называют Китай в разных странах, отдавая должное необычным, разнообразным и вкусным блюдам китайской кухни и тому удовольствию, которое она доставляет всякому, кто ее отведал. Кулинарное искусство Китая по своей популярности не имеет равных во всем мире. В разной степени им пользуется более полутора миллиарда человек, то есть в среднем чуть ли не каждый третий обитатель нашей планеты. Во многих странах китайская кухня занимает если не ведущее, то весьма заметное место в сфере общественного питания. Это прежде всего относится к странам Азии и бассейна Тихого океана. Однако китайские рестораны — от дорогих и фешенебельных заведений до самых простых и дешевых харчевен — можно встретить в любом уголке земного шара. Есть они и у нас, в Советском Союзе.

Вот уже 36 лет, с 1953 года, когда в Москве состоялась первая выставка достижений народного хозяйства КНР, в советской столице функционирует ресторан китайской кухни — «Пекин». В первые годы своего существования в нем тесно сотрудничали китайские и русские кулинары, перенимая опыт и помогая друг другу изучать особенности, осваивать технологию приготовления блюд китайской и русской кухни. С 1953 по 1957 годы в качестве переводчика, а затем консультанта там работал и автор этих строк. Среди китайских поваров, с которыми мне довелось чуть ли не ежедневно общаться, были такие признанные мастера кулинарии, как Тянь Вэнькуань, ставший по возвращении в Пекин директором самого знаменитого ресторана, специализирующегося по приготовлению «Утки по-пекински» («Цюаньцзюйдэ»), Цюй Юйгун, Ван Юнлян, Тао Сянфу, Ван Чуньлун, Чжан Вэньцао, Чэнь Чэнъю и другие специалисты своего дела. Венцом нашего сотрудничества стала книга «Двести пятьдесят блюд китайской кухни», выпущенная в 1959 году Госторгиздатом и ставшая сейчас библиографической редкостью.

Происходившее в последние годы улучшение отношений между СССР и КНР, возродившийся с новой силой интерес народов двух стран друг к другу, появление в ходе перестройки таких форм хозяйствования, как кооперативы и индивидуальная трудовая деятельность, оказали благоприятное влияние и на распространение китайской кухни в нашей стране. К государственному ресторану «Пекин» в Москве добавился кооперативный ресторан китайской кухни «Золотой дракон», в котором, кстати сказать, проведены все фотосъемки для

иллюстраций этой книги, семейные кооперативные кафе «Цветок сливы» и «Дружба». В Ташкенте появился кооперативный ресторан «Пекин», а в Хабаровске — первый совместный советско — китайский ресторан «Харбин».

Визит М.С.Горбачева в Пекин в мае 1989 года, состоявшаяся там советско — китайская встреча на высшем уровне ознаменовали нормализацию отношений между Советским Союзом и Китаем, заложили основы для дальнейшего развития советско-китайского сотрудничества в разных областях. Очевидно, это можно отнести и к сфере общественного питания. М.С.Горбачев и другие члены советской делегации имели возможность на собственном опыте убедиться в достоинствах китайской кухни. Беседуя с представителями китайской молодежи, во время посещения Великой Китайской стены, М.С.Горбачев дал самую высокую оценку китайской кулинарии: «Китайская кухня очень хорошая. Я думаю, что она — лучшая в мире».

Развитие советско-китайского сотрудничества, в том числе и в таких формах, как приграничная торговля, кооперация, создание совместных предприятий, поставки в СССР китайских пищевых продуктов, будут способствовать дальнейшей популяризации китайской кухни в разных городах и районах нашей страны. Недалеко то время, когда московский ресторан «Пекин» станет совместным советско-китайским предприятием. В связи с этим многочисленные поклонники китайской кухни выражают надежду, что магазин «Кулинария» при этом ресторане станет одним из источников снабжения населения китайскими продуктами и специями, которые порой весьма трудно приобрести, но которые крайне необходимы для приготовления истинно китайских блюд.

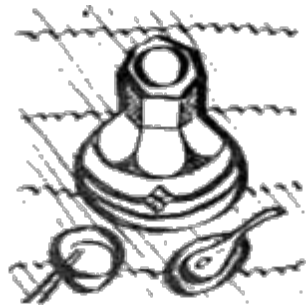
Блюда, подаваемые в ресторанах китайской кухни, как правило, отличаются особым, парадным оформлением, а технология их приготовления достаточно сложна. Однако существует и другая кухня, более простая и доступная и не уступающая по вкусу ресторанным блюдам. Я имею в виду домашнюю китайскую кухню, которая отличается большим разнообразием блюд и способов их приготовления. Домашняя кухня — это родник, давший жизнь знаменитой китайской кулинарии. Вместе с тем это важная и неотъемлемая часть повседневной жизни более чем миллиардного китайского народа.

В книге «Китайская кухня в Вашем доме» автор, используя свой опыт работы в ресторане «Пекин», личную практику приготовления китайских блюд в домашних условиях, а также богатейший фактический материал, содержащийся в книгах по

кулинарии, изданных в Китае и других странах (список использованной литературы публикуется), старался уделять главное внимание именно блюдам домашней китайской кухни и способам ее приготовления, наиболее соответствующим нашим условиям. Эти блюда сравнительно несложны в приготовлении и ориентированы на те продукты, которые можно приобрести в нашей государственной и кооперативной торговле или на рынке. Конечно, не все исходные китайские продукты, упоминаемые в предлагаемых рецептах, сегодня можно легко достать. Но будем смотреть в будущее и надеяться, что быстрое развитие советско — китайской торговли поможет преодолеть этот дефицит. Кроме того, там, где это возможно, я старался идти по пути взаимозаменяемости, вел поиск советских аналогов специфических китайских продуктов и специй. Разумеется, это — сложная работа, требующая дальнейшего изучения и проверки на практике. Поэтому с благодарностью приму все предложения и критические замечания, которые поступят от читателей, и заранее приношу извинения за возможные недочеты и неточности.

«Китайская кухня в Вашем доме» выходит в качестве приложения к журналу «Проблемы Дальнего Востока». Автор приносит глубокую благодарность сотрудникам журнала М.В.Валей, И.Е. Ковыневой, О.С.Соболевой, Н.С.Тихонову, Л.О.Федотовой, Б.К.Чижову, которые оказали большую помощь в подготовке и оформлении этой книги.

ОБ ИСТОРИИ КИТАЙСКОЙ КУХНИ И ЕЕ ОСОБЕННОСТЯХ



Одной из отличительных особенностей китайской кулинарии является то, что она имеет самую древнюю историю и глубокие многовековые традиции. Возникнув более пяти тысячелетий назад, китайская кухня обогащалась и совершенствовалась многими поколениями купина-ров. Уже начиная с эпохи Чжоу (XI-Ш вв. до н. э.), в Китае стали появляться труды, в которых говорилось о методах приготовления пиши — «Чжоули», «Нэйцзин», «Лицзи» и др. Приемам кулинарного искусства обучал 25 веков назад великий китайский философ Конфуций (VI–V в. до н. э.). Его рецепты дошли до наших дней и составляют основу конфуцианской кухни, распространенной на родине Конфуция, в городе Цюйфу провинции Шаньдун.

Именно традиционность, глубокая приверженность древним корням и истокам характерна для китайского кулинарного искусства, которое является одним из ярких проявлений уникального культурного наследия китайского народа. Наряду с изобретением компаса, фарфора, бумаги, шелка и пороха оно стало важным вкладом в материальную культуру не только Китая, но и всего человечества.

Китай — огромная страна с разнообразными географическими и природно-климатическими условиями, которые меняются с севера к югу, с востока к западу. Естественно, что это разнообразие отразилось и на китайской кухне, поскольку каждый район страны стремился наиболее полно использовать имеющиеся природные ресурсы и развивать свой региональный стиль приготовления пищи в соответствии с обычаями, традициями и нравами местного населения. Это привело к возникновению многочисленных местных кухонь, наиболее известными из которых являются Шаньдунская, Сычуаньская, Кантонская, Пекинская, Шанхайская, Хунаньская, Фуцзяньская,

Хуайянская, Хэнаньская, Ханчжоуская, Сучжоуская, Хуэйчжоуская, а также кухни Нинбо и Уси. Этими четырнадцатью главными региональными кухнями отнюдь не исчерпывается многообразие и богатство кулинарии Китая. По всей стране распространена вегетарианская кухня, а также мусульманская (в тех районах, где проживают последователи ислама), свои кухни имеют и различные некитайские национальности. Практически же свои традиционные блюда и специфические приемы их приготовления имеет каждый район и город.

На протяжении веков жизнь простого китайского народа была нелегка. Не раз в истории Китая происходили разорительные войны, страшные наводнения, засухи и другие стихийные бедствия, которые опустошали страну, приводили к массовому голоду. Нужда и бедствия заставляли людей искать все новые источники питания. К этому побуждали и все более растущие запросы правящей знати, стремящейся украшать свои парадные столы и банкеты изысканными, экзотическими блюдами. Поэтому в китайской кухне используется практически все, что дает природа. Не случайно в Китае говорят: «Нет несъедобных продуктов, есть плохие повара». Отсюда и богатейший ассортимент, обилие блюд китайской кухни, которых насчитывается многие тысячи.

В повседневной жизни большинство китайцев употребляет в пищу те же продукты, что и мы. Предпочтение отдается свинине, курице, рыбе, капусте и другим овощам, рису, изделиям из муки. Однако способы их приготовления, как уже отмечалось, таковы, что по виду, вкусу и аромату они резко отличаются от блюд, приготовленных нашими поварами или хозяйками. Вместе с тем в китайской кухне употребляются и совсем необычные для нас продукты, которые мы порой считаем несъедобными. Например, китайские кулинары являются большими специалистами в приготовлении таких экзотических блюд, как супы из ласточкиных гнезд, плавников акулы и морских черепах, холодные закуски из вяленой медузы и моллюсков, горячие блюда из трепангов, змей и лягушек, компоты из семян лотоса и вяленых лепестков хризантемы. При всей необычности этих блюд, они отнюдь не отталкивают своим вкусом даже новичка. Соответствующая подготовка исходных продуктов, сбалансированность их с овощами, приправами и специями создают превосходную симфонию цвета, вкуса и аромата. Если вам удастся преодолеть известную предубежденность, вы сможете оценить их изысканную вкусовую гамму и к тому же получить дозу лекарственных веществ, в том числе общеукрепляющего, тонизирующего свойства, ибо китайская кухня и китайская

медицина тесно связаны друг с другом. Не случайно многие китайцы, регулярно и умело пользующиеся своей кухней, выглядят гораздо моложе своих лет, сохраняя в целости зубы, здоровый цвет лица и молодые линии тела даже в зрелом возрасте.

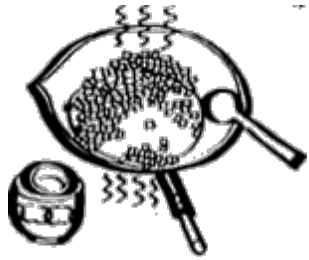
Кулинарное искусство в повседневной жизни китайца играет значительно большую роль, чем в жизни, скажем, европейца или американца. Древняя китайская пословица гласит: «Каймэнь — цидянь ши: чай, ми, ю, янь, цзян, цу, ча» («Первая забота с утра: решить вопрос с семью вещами — топливо, рис, масло, соль, соевый соус, уксус, чай»). Иными словами, надо прежде всего позаботиться о том, чтобы достать все необходимое для приготовления пищи. Забота о еде всегда стояла на одном из первых мест в китайской семье. Однако приготовление пищи не было связано просто с интересом к еде, к утолению голода, набиранию нужных для организма калорий. Пища должна радовать человека, быть разновидностью наслаждения, учили древние. «Минь и ши вэй тянь» («Народ считает пищу священной»), — говорят в Китае.

Китайцы стремятся превратить уже сам процесс приготовления блюд в искусство, в радость. Китайская кулинария, требующая большой тщательности, трудолюбия, тонкой ручной работы, композиционного мышления как нельзя лучше отвечает особенностям национального характера. Наверное, трудно найти такого китайца или китаянку, которые не умели бы и не любили готовить. Что же касается профессиональных поваров, то их действия скорее напоминают манипуляции чародеев и фокусников. Молниеносно орудуя огромными сковородами в свете сильно бьющего вверх пламени, они на ваших глазах, буквально в считанные минуты создают очередной шедевр китайской кулинарии.

И еще одна характерная особенность китайской кухни, заслуживающая особого внимания. Родившаяся и развивавшаяся в условиях крайне тяжелой жизни простого народа, наличия огромного числа едоков и ограниченного количества продуктов, китайская кухня очень рациональна и экономична. Например, в отличие от европейской кухни китайцы, как правило, не употребляют мясо в чистом виде, в виде больших кусков, предпочитая измельчать его и смешивать с большим количеством овощей, грибов, приправ и специй. Еще Конфуций учил, что пропорция мяса в блюде должна составлять около одной трети, а остальные две трети должны приходится на долю овощей и других не мясных продуктов. Этим достигается полезный для здоровья баланс мяса и овощей, обогащается вкус блюда и, что

весьма важно, значительно снижается расход мяса. Китайцы очень экономно относятся к пищевому сырью, но это не значит, что они не являются большими любителями поесть и ценителями хорошей кухни. Однако они предпочитают добиваться конечных результатов не большим количеством израсходованных продуктов, а их умелым отбором, приготовлением, мастерски композиционным сочетанием различных составных элементов.

Тепловая обработка



Каковы же секреты китайской кухни? Как, отобрав необходимые для того или иного блюда продукты, приготовить его действительно по-китайски?

Прежде всего, необходима соответствующая предварительная подготовка исходных продуктов. Как мы уже говорили, китайская кухня имеет дело с измельченным продуктом. Измельчается все: мясо, птица, рыба, овощи, грибы, нерыбные морские продукты, фрукты. Продукты режутся соломкой, кубиками, брусочками, ромбиками, ломтиками непременно одинакового размера. Есть, конечно, исключения, но они касаются только приготовления праздничных и банкетных блюд. В этом случае китайские кулинары подвергают продукты специальной обработке, например, из птицы удаляют все кости, не повреждая кожи и не меняя ее внешнего вида. Если блюдо готовится большими кусками, то продукты обязательно карбуют, а на рыбе с обеих сторон делают надрезы крест-накрест или в косую сетку. Самое главное требование к повару на этом этапе — тщательность и аккуратность. Поэтому первичная обработка продуктов требует немало времени, однако она с лихвой компенсируется быстрой тепловой обработкой и предварительным приготовлением полуфабрикатов (путем варки или жарения в очень горячем фритюре при температуре 170ºС и выше). Если в блюдо входит несколько компонентов, например, мясо, грибы, ростки бамбука, их подвергают тепловой обработке отдельно, затем соединяют и после быстрого обжаривания соусируют. Такой способ тепловой обработки исключает пережаривание или недожаривание продуктов, требующих различного времени для приготовления. Большинство китайских блюд имеет вид аппетитной горки готовых мелко нарезанных продуктов разного цвета, которые очень удобно есть китайскими палочками.

Быстрота и сильный огонь — первое и необходимое условие китайской кухни. На приготовление большинства блюд тратится обычно 2–3 минуты. Это обеспечивается использованием открытого огня и бьющим вверх пламенем той или иной силы.

Газовая плита в наших условиях наиболее подходящая для приготовления китайских блюд. Жарятся продукты, как правило, в растительном масле или раскаленном свином жире, с добавлением различных специй и ароматизаторов. В результате они приобретают приятный вкус и запах, улучшается их внешний вид. Многие продукты после тепловой обработки становятся гораздо мягче. Тепловая обработка улучшает усвояемость растительных пищевых продуктов и обезвреживает продукты (находящиеся в них вредные микроорганизмы погибают под воздействием высокой температуры). Все приемы тепловой обработки, применяемые в китайской кулинарной практике, можно свести к двум основным — варке и жарке.

Однако эти два приема осуществляются разными способами. Варку производят в большом количестве воды в кухонной посуде при температуре 100ºС, в герметически закрывающихся аппаратах (скороварке) при температуре 130ºС и выше, в атмосфере насыщенного водяного пара в пароварочных аппаратах. Соотношение между количеством продуктов и жидкостью при варке может быть различным. Варка с небольшим количеством жидкости, когда вода или бульон не накрывает продукты полностью, называется припускание. Припускание продуктов с пряностями или с приправами носит название тушение. Тушат или припускают продукты в закрытой посуде. При варке на пару продукты помещаются в посуду с жидкостью и пряностями и устанавливаются в пароварочном аппарате.

Жаренье продуктов производят также без добавления жидкости, но с большим или меньшим количеством жира. В кулинарной практике применяется ряд разновидностей жарки, которые отличаются друг от друга способами передачи тепла обжариваемому продукту. Это жарка с небольшим количеством жира на открытой поверхности или в духовом шкафу, а также жарка в большом количестве жира, то есть жарка во фритюре.

Китайские кулинары путем умелой комбинации выше указанных методов тепловой обработки значительно расширили способы варки и жарки продуктов, сочетая это с мелкой нарезкой продуктов.

Мы остановимся на наиболее распространенных способах тепловой обработки продуктов.

1. Жаренье способом «цзянь»

представляет собой жаренье продуктов с обеих сторон в небольшом количестве жира на сильном огне, затем на слабом

огне до образования золотистой корочки. Продукты перед тепловой обработкой маринуют или смачивают в смеси яйца с крахмалом.

Жаренье продуктов с обеих сторон в свою очередь подразделяется на несколько комбинированных способов, а именно:

а) жаренье с обеих сторон предварительно маринованных продуктов (при использовании этого способа необходимо следить за температурой, не допускать пригорания продуктов);

б) жаренье продуктов с обеих сторон с добавлением специй, бульона и последующим вываривании жидкости (обычно применяется при приготовлении фрикаделек);

в) жаренье продуктов с обеих сторон с добавлением бульона (продукты жарят до образования золотистой корочки, затем вливают немного бульона со специями и тут же перекладывают на тарелку, поливая продукты оставшейся жидкостью);

г) жаренье продуктов с обеих сторон до появления золотистой корочки, затем добавляются специи и бульон, далее тушат на слабом огне до загустения бульона;

д) жаренье продуктов с обеих сторон с припусканием: продукты жарят до образования золотистой корочки, добавляют специи и бульон, варят до полной готовности, после чего в бульон вливают струйкой крахмал, разведенный в воде (1:2), пока не получится киселеобразная масса;

е) жаренье продуктов с обеих сторон с последующей варкой на пару (обычно применяется для приготовления рыбных блюд). Этими способами готовят «Баклажаны, фаршированные жареные», «Куриное филе жареное» и т. д.

2. Жаренье способом «чао».

Это один из наиболее распространенных способов тепловой обработки продуктов в китайской кухне. На сковороду с небольшим количеством масла кладут продукты и жарят на сильном огне, при этом продукты непрерывно помешивают. Доведя их до полуготовности, добавляют специи и повторяют жаренье до готовности. Если блюдо состоит из мясных и овощных продуктов, то нужно применить раздельную жарку, то есть сначала мясо прожарить до полуготовности, затем овощи до полуготовности и после этого их соединить и жарить до полной готовности. Этим способом готовятся следующие блюда: «Говядина, жаренная соломкой», «Курица, жаренная кусочками по-гунбао».

3. Жаренье способом «пын».

Это — видоизмененное жаренье во фритюре. При приготовлении блюд этим способом продукты обычно режут небольшими кубиками, смачивают в смеси яйца и крахмала и обжаривают во фритюре, или продукты жарятся во фритюре без яично-крахмальной оболочки. Когда продукт приобретает золотистый цвет, его откидывают на дуршлаг и обжаривают на сковороде с небольшим количеством масла со специями и бульоном (так обычно жарят креветки, рыбу и цыплят). Продукты, приготовленные этим способом, имеют хрустящую корочку и мягкую внутреннюю часть. В зависимости от продуктов способ жаренья в видоизмененном фритюре сочетается со способом жаренья в небольшом количестве жира. Этим способом приготовляются следующие блюда: «Ростки гороха маш жареные», «Креветки, жаренные со стеблями чеснока», «Грудинка свиная, жаренная кусочками».

4. Жаренье во фритюре «чжа».

Масло нагревают до 170ºС, в него опускают продукты, помешивая их, и следят, чтобы не пережарились (должна образоваться темно-желтая корочка). Если продукты жарить большими кусками, то их подвергают вторичному обжариванию во фритюре. Продукты, которые обжаривают во фритюре, обычно покрывают яично-крахмальной оболочкой во избежание пережаривания и потери питательных веществ. Жаренье во фритюре делится на жаренье продуктов без защитной оболочки, при этом продукты маринуют в соевом соусе, соли и вине, далее опускают во фритюр и жарят до готовности; на жаренье продуктов с защитной оболочкой из сухого крахмала, при этом продукты маринуют, обваливают в крахмале и жарят до образования хрустящей корочки; на жаренье продуктов во фритюре с яично-крахмальной оболочкой, здесь применяются продукты разной нарезки: кусочками, ломтиками или полосками; на жаренье во фритюре продуктов, сваренных в воде или на пару с яично-крахмальной оболочкой. Продукты, жаренные этим способом, нежные, мягкие с хрустящей корочкой, тающей во рту. Так жарят продукты для блюд «Курица ароматичная фри», «Почки свиные фри».

5. Жаренье способом «бао».

Этим способом можно мгновенно приготовить блюдо. В сильно разогретую сковороду с маслом опускаются продукты, перемешиваются и тут же выкладываются на тарелку. При этом особое внимание обращают на резку, продукты должны быть измельчены ломтиками или соломкой (абсолютно равной величины). Их ошпаривают в масле или кипятке. Примером может служить «Баранина фри с луком».

6. Жаренье способом «лю».

Этот способ отличается быстрой тепловой обработкой продуктов. При жарке применяют два вида соусов — белый и коричневый с добавлением соевого соуса. Белый соус предназначен для кур, рыб и креветок, коричневый — для свинины или говядины. Тепловая обработка продуктов этим способом делится на два этапа: сначала продукты жарят во фритюре или припускают в крутом кипятке до готовности, затем готовится соус, которым поливают продукты или продукты опускают в соус, варят и перекладывают на тарелку. Этим способом готовят «Яйца сунхуа фри с подливкой», «Свинина, жаренная с подливкой».

Чтобы приготовить рыбу этим способом, фритюр не нужен. Рыбу необходимо обработать, припустить в кипятке и томить 5–7 минут на слабом огне. Далее оставляют примерно 350–400 г отвара, добавляют специи, вливают крахмал, разведенный водой (1:2) и полученным киселеобразным соусом поливают рыбу. Так готовится «Карп отварной с подливкой».

7. Тушение способом «шао».

Для получения полуфабриката при тепловой обработке способом тушения «шао» в зависимости от продуктов первичную тепловую обработку производят способом жарения в горячем фритюре 150–160ºС, жаренья в средне-горячем фритюре 130–140ºС, варки приспусканием и варки на пару. На сковороде с небольшим количеством масла обжаривают лук, вливают бульон, добавляют специи, кладут остальные продукты и тушат на слабом огне до готовности. Если бульона много, его необходимо частично выпарить на сильном огне, после чего влить крахмал, разведенный водой. Этот способ применяется для приготовления блюд: «Сазан, тушенный в коричневом соусе», «Свинина, тушенная с южным соусом», «Свинина, тушенная с луком».

8. Тушение способом «мэнь».

Продукты перед первичной тепловой обработкой маринуют и жарят во фритюре до полуготовности, затем тушат с бульоном со специями. Этим способом можно приготовить «Курицу тушеную».

9. Тушение способом «па».

Сначала нужно обжарить пук, добавить бульон и специи, после чего положить основные продукты, которые предварительно можно отварить и тушить до полной готовности, в бульон влить крахмал, разведенный водой. Так готовят блюдо «Говядина, тушенная брусочками».

10. Тушение способом «као».

Продукты обжаривают во фритюре или с обеих сторон на сковороде, затем вливают немного бульона, добавляют специи и тушат до готовности. При этом остается немного бульона. Этим способом готовят «Корейку тушеную».

11. Тушение способом «хуэй».

Этим способом готовятся блюда, состоящие из нескольких основных продуктов с небольшим количеством бульона. Этот способ делится на три вида:

1) сковороду с маслом нагревают, добавляют специи, бульон и основные продукты, затем томят на слабом огне до готовности, в бульон вливают крахмал, разведенный водой (1:2);

2) бульон кипятят со специями, добавляют продукты, уже прошедшие ту или иную тепловую обработку, и после недолгого тушения вводят крахмал, разведенный водой;

3) в сковороду с маслом сначала обжаривают лук, имбирь, вливают бульон, добавляют специи, доводят до кипения, опускают продукты и на сильном огне, при сильном кипении тушат до готовности, крахмал не добавляют. Так готовят продукты для блюда «Свиной желудок тушеный».

12. Варка способом «дунь».

Продукты ошпаривают кипятком, затем промывают, кладут в гончарную посуду (горшочек), добавляют специи и воду (на 500 г продуктов 750-1000 г воды), доводят до кипения, снимают пену и варят на слабом огне 2–3 часа. Этим способом можно приготовить «Свиную грудинку и солонину, варенные в горшочке», «Курицу в горшочке».

13. Варка способом «ао».

В сковороде с маслом обжаривают лук и имбирь, добавляют неосновные продукты, слегка обжаривают, затем вливают бульон (количество которого должно быть равно количеству, продуктов), после чего кладут специи и варят на слабом огне. Применяется для варки продуктов, нарезанных, ломтиками, кубиками, кусочками и соломкой. Так можно приготовить блюдо: «Капуста отварная».

14. Варка способом «вэй».

Этот способ похож на варку способом «дунь», разница заключается в том, что при этом способе варятся продукты, требующие долгой тепловой обработки. Этот способ применяется для приготовления свиных ножек, говядины, солонины. Варка происходит при большом количестве жидкости и на сильном огне.

15. Варка способом «тунь».

Этим способом готовят супы. Основные продукты становятся готовыми сразу же после закипания бульона или воды. Бульон или воду доводят до кипения, кладут основные продукты и специи. При закипании снимают пену и блюдо готово. Второй вид этого способа заключается в том, что продукты отваривают в воде до готовности, режут ломтиками, кладут в суповую тарелку, затем заливают кипящим бульоном со специями. Так можно приготовить блюдо «Суп из свинины со шпинатом».

16. Варка способом «чжу».

Данный способ аналогичен с варкой в русской кухне.

Приготовленные куры, утки, ребрышки и т. д. заливают водой до полного погружения продуктов, доводят до кипения, снимают пену и на слабом огне варят 2–3 часа до полной готовности. Так приготавливаются следующие блюда: «Суп с сушеным соевым творогом», «Куры отварные».

17. Варка, на пару «чжэн», то есть в атмосфере, насыщенной водяными парами.

Способ широко распространен в китайской кухне, используется также для первичной тепловой обработки продуктов. Обычно в надплитную посуду: фарфоровые миски, гончарные низкие кастрюли кладут продукты, добавляют воду или бульон, специи, ставят в пароварку и варят до готовности. Пароварка должна быть плотно закрыта, а вода в ней сильно кипеть. В зависимости от продуктов время варки резко меняется. Блюдо из яиц варится минут 20, а мясо — 2 часа. Этим способом готовят «Сазан паровой», «Пампушки».

18. Фарширование «жан».

Данный способ хотя и не является методом тепловой обработки продуктов, но широко применяется в китайской кухне. Сам процесс фарширования мало отличается от русской кухни, разница заключается только в рецептуре фарша. Фаршировать можно помидоры, зеленый перец, капусту, баклажаны, огурцы, курицу, утку, рыбу и т. д. Для фарша используют мясо, свинину, курицу, рыбу, креветки, грибы, грецкие орехи, семена кунжута и т. д. Рыбу для фарширования режут со спины вдоль позвонка, который удаляется, вынимаются внутренности и фаршируют. Брюшко рыбы при этом способе остается нетронутым. Куры и утки фаршируются грибами, ветчиной, мясным или рыбным фаршем. Так можно приготовить «Баклажаны фаршированные», «Пампушки фаршированные».

19. Запекание «као» в духовом шкафу.

Для запекания продукты маринуют или подвергают первичной тепловой обработке (например, варке) Этот способ аналогичен с русской кухней. Так запекают «Говядину духовую

по-пекински», «Утку по-пекински».

20. Нанесение сахарной пудры «гуашуан».

Мясо кусочками, свиные ребрышки, фрикадельки после тепловой обработки посыпают сахарной пудрой или смачивают сахарным сиропом, затем обваливают в сахарной пудре. Этот способ очень оригинален и не встречается в европейской и русской кухнях. Такие блюда употребляют обычно в холодном виде. Этот способ применяется для приготовления «Свиных ребрышек в сахарной пудре» и «Омлета кусочками в сахарной пудре».

21. Карамелизация «басы».

Этим способом приготовляют сладкие блюда. Основные продукты режутся кусочками, ломтиками или формуются фрикадельки. Продукты жарят во фритюре или варят со специями, а также на пару. Для карамелизации используют сахар, обжаренный на сковороде с маслом (сахар расплавится на сковороде и приобретет желто-оранжевый цвет, будет тянуться длинной ниточкой). Этим способом можно приготовить блюда с фруктами, с размоченными сухофруктами, с корнеплодами, а также с мясом. Так готовят: «Яблоки в карамели», «Картофель в карамели».

22. Блюда в медовом сиропе «мичжи».

Блюда в сиропе готовят двумя способами.

1) Сахар расплавляют на сковороде с небольшим количеством масла, добавляют воду и мед, далее кладут в сироп продукты и варят до готовности.

2) Готовые продукты опускают в сироп и варят до загустения сиропа. Так готовят: «Бананы в сиропе меда».

23. Тепловая обработка способом «су».

Этим способом обычно готовят мелкую, костистую рыбу, например, карасей. При данной тепловой обработке косточки размягчаются и становятся съедобными, а корочка продуктов —

хрустящей. Этим способом приготавливаются блюда: «Карась, тушенный без косточек», «Курица ароматичная хрустящая», «Фрикадельки в сахарном сиропе».

24. Копчение «сюнь».

В китайской кухне для копчения используют специальные коптилки в виде шкафа или большой кастрюли. Вместо угля используют опилки, чайный лист (после заварки), веточки хвойных пород, листья бамбука, шкурки арахиса и сахар. Этим способом готовят «Курицу копченую» и «Яйца копченые».

25. Ошпаривание «цян».

Данным способом готовят салаты и холодные закуски. Обычно используют продукты, прошедшие предварительную тепловую обработку. Технология его весьма проста. Подготовленные продукты ошпаривают в кипятке или обжаривают во фритюре и, пока они горячие, поливают маслом, пережаренным с луком и перцем хуацзё или солью с перцем хуацзё. Так готовят «Креветки и сельдерей с соусом».

26. Приготовление соуса для салатов «бань».

Продукты для салатов нарезают полосками, кусочками, соломкой, кубиками и ломтиками, затем поливают соусом, перед употреблением размешивают. Соус обычно состоит из соевого соуса, уксуса и кунжутного масла. В зависимости от вкуса и местных привычек добавляют сахар, кунжутную пасту, молотый перец, измельченный чеснок, нарубленную корицу и имбирь. Смотрите блюда: «Салат из огурцов», «Салат из свинины, морской капусты и вермишели из крахмала».

27. Соленье «янь».

Способы соленья весьма разнообразны. В домашних условиях чаще встречаются соленье солью, соленье соевым соусом и вином. Продукты натирают солью или кладут в рассол, солить можно и в соевом соусе, в рассоле соли и вина («Капуста острая моченая», «Речные крабы моченые»).

28. Способы маринования «лу», «цзян».

Способ маринования обычно применяется для приготовления холодных закусок. Подразделяется на два вида «лу» и «цзян». Продукты кладут в маринад и на слабом огне варят до готовности.

Маринад «лу» приготовляется следующим образом: в 500 г кипятка вливают 150 г соевого соуса, 50 г вина, кладут 25 г сахара, 60 г соли, по 3 г бадьяна, корицы, по 1 г имбиря, перца хуацзё и гвоздики. В этой жидкости со специями варят продукты.

На севере Китая маринад «лу» приготовляют несколько иным способом: в 500 г кипятка добавляют 100 г соевого соуса, 100 г соли, 10 г сахара, 70 г вина, 25 г лука, 10 г имбиря свежего (если порошок имбиря 2 г), 10 г бадьяна и корицы. Технология приготовления маринадов такова: специи кладут в мешочек из марли, опускают его в кипяток, добавляют соевый соус, вино, соль, сахар и на слабом огне варят до появления аромата. Маринад рассчитан на длительное пользование.

Маринование способом «цзян» отличается от предыдущего тем, что маринад используется только один раз. Продукты сначала маринуют в соевом соусе и соевой пасте, затем добавляют воду, соевый соус, сахар, вино, специи, варят на слабом огне до почти полного испарения жидкости. Продукты остужают, разрезают ломтиками и попивают оставшимся маринадом («Говядина маринованная ароматичная»).

29. Приготовление холодца «дунфа».

В китайской кухне для холодца используют свиную кожицу, после варки жидкость остужается и застывает. В качестве основных продуктов для холодца берут курицу, креветки, рыбу, фрукты. Холодец делится на летний и зимний. Летний холодец нежирный, поэтому в качестве основных продуктов выступает курица, рыба, креветки, черепаха, свиные ребрышки и фрукты. Зимний холодец жирный, его основной компонент — говядина, свинина и т. д. («Холодец пятицветный», «Виноград в желе»).

Ароматизации и специи

В Китае говорят: «И цай и гэ, бай цай бай вэй» («Каждое блюдо имеет свой стиль, сто блюд имеет сто вкусов»). Вкусовая гамма является очень важным элементом китайской кухни.

Для того чтобы приготовить вкусное блюдо, необходимо овладеть техникой ароматизации. Ароматизация блюд осуществляется в процессе тепловой обработки продуктов, путем умелого сочетания основных и вспомогательных продуктов, а также добавлением специй и ароматизаторов. В процессе тепловой обработки продукты и специи подвергаются физическому и химическому изменению, образуют определенную вкусовую гамму. Сам процесс тепловой обработки улучшает вкус продуктов, делает их свежими и ароматными, поэтому тепловая обработка называется также процессом ароматизации.

Натуральный вкус некоторых продуктов не всегда соответствует вкусовым требованиям человека. Некоторые продукты бывают совершенно без вкуса, другие — неприятны на вкус, например, некоторые виды рыбы с резким запахом рыбьего жира, ила, прелым запахом морских водорослей или слащаво-приторный вкус баранины. Специи и тепловая обработка снимают эти запахи, делают продукты вкусными и аппетитными.

Сушеные продукты: трепанги, акульи плавники, ласточкины гнезда и т. д. подвергаются размачиванию, после чего они значительно теряют свой вкус, поэтому их готовят в ароматизированных бульонах с добавлением определенных специй, значительно улучшающих их вкус, а иногда придают совершенно им несвойственную вкусовую гамму, делают их поистине деликатесами, достойными быть на столе во время приемов и торжеств.

Неприятные запахи или вкус в процессе кулинарной

обработки легко снимаются, например, вкус рыбьего жира, горечь, неприятный вкус субпродуктов удаляются луком, имбирем, чесноком, сахаром, уксусом, вином.

Блюда отличаются вкусовыми качествами, и это заслуга также специй.

«Курица много ароматичная» имеет вкус перца, аромата горчицы, душистая, хрустящая, сладковатая, умеренно соленая. «Рыба кисло-сладкая» и «Рыба острая» приготовляются из одних и тех же продуктов, а вкус разный, в первом случае кисло-сладкий, в другом — солено-острый.

Продукты имеют свой вкус, у одних он насыщен, у других едва уловим. Изделия из соевого творога имеют слабый вкус сои, а вермишель из крахмала почти не имеет вкуса, поэтому их надо обогащать с помощью специй. Мясо и овощи в процессе тепловой обработки взаимообогащаются, вкус мяса передается овощам, которые становятся значительно вкуснее, а жир мяса поглощается овощами, мясо приобретает вкус овощей.

Ароматизация продуктов делится на 3 стадии:

1) до тепловой обработки (соленье и маринование соевым соусом, имбирем, вином, сахаром и т. д. Вкус специй при этом насыщает продукты до самых глубинных слоев).

2) Ароматизация продуктов при тепловой обработке специями (при этом блюду придается тот вкус, который должен быть у этого блюда).

3) Корректировка вкуса после тепловой обработки (например, пересол или недосол и т. д.).

Специи применяются всегда в оптимальных количествах, для этого надо освоить вкус каждой специи. Если вы готовите рыбу или креветки, то следует класть как можно меньше специй, чтобы сохранить их натуральный приятный вкус. Овощи, рыба, креветки сами по себе очень вкусные, и если переборщить со специями, то их натуральный вкус будет подавлен, а блюдо будет невкусным. Некоторые сорта рыбы и долго хранящиеся в холодильнике говядина, баранина, свинина приобретают неприятный вкус, но его легко избежать с помощью сахара, уксуса, вина, лука, соды, имбиря, чеснока.

Для улучшения вкуса, аромата, иногда и цвета пищи в кулинарии широко применяются приправы и пряности, различные специи.

Умеренное количество пряностей и приправ не только благотворно влияет на вкус пищи, но воздействует на организм и, увеличивая выделение пищеварительных соков, обеспечивает более полное усвоение.

Однако нельзя забывать, что излишнее количество пряностей

вызывает резкое раздражение слизистой оболочки пищеварительных органов, поэтому нужно точно соблюдать установленные нормы применения пряностей.

В китайской домашней кухне в основном используют следующие специи:

1. Поваренная соль.

Поваренная соль — основная приправа, необходимая здоровому человеку, так как количество соли, содержащееся в пищевых продуктах и воде, недостаточно для удовлетворения потребностей организма. Недостаток соли снижает аппетит, ухудшает пищеварение, самочувствие. Несоленые блюда пресны, безвкусны, но излишек соли вредит, и кроме того, портит вкус настолько, что может превратить отличное кушанье в несъедобное. Здоровому человеку ежедневно требуется примерно 10–15 г соли, повышенное содержание соли в пище приводит к гипертонии. Это доказано медициной. При тушении соль кладут, когда продукты доведены до полуготовности. Если посол произведен преждевременно, соль свертывает белок в продуктах, что значительно удлиняет время тепловой обработки. При жарении овощей соль кладут сразу, это придает вкус и аромат. Если уксус или сахар посолить, их вкус улучшается. Например, когда мы готовим «Рыбу кисло-сладкую», то обязательно нужно добавить соль и соевый соус. Представьте: рыба кисло-сладкая, пресная, без соли. Такую рыбу невозможно есть. При приготовлении овощей соли можно добавлять несколько больше.

2. Соевый соус.

Приготовляется из соевых бобов путем ферментации. Родиной соевого ферментативного соуса является Китай. Еще несколько тысяч лет тому назад соевая паста, содержащая в своем составе аминокислоты и, в частности, глютаминовую кислоту, стала массовым национальным продуктом, потребляемым многомиллионным населением страны.

Этому продукту китайцы на протяжении веков придавали большое значение, считая его антитоксичным препаратом.

Ценность этого продукта и способы его приготовления описаны во многих древних книгах, как например «Классическая экономика древнего времени» («Цзиминьяошу»), «Древняя история Китая» («Шицзи»). Сы Мацянь — древний китайский

философ и историк (168 г. н. э.) писал; «Большие города и уезды, имеющие по тысяче глиняных корчаг соевой пасты, — это равносильно богатству государства, имеющему тысячу боевых колесниц». В VII в. способ приготовления соевой пасты был перенесен в Японию, Корею и т. д.

За долгие годы способы приготовления продукта, естественно, изменились, усовершенствовались, и взамен пасты китайцы стали вырабатывать жидкий соевый ферментативный соус, который в настоящее время широко распространен во всем мире. Соевый соус — основная приправа в китайской кухне. Применяется он и в сладких, блюдах.

3. Уксус.

В Китае уксус является продуктом, получаемым способом ферментации. Он отличается от нашего белого уксуса или эссенции. Он скорее ароматичный, чем кислый на вкус. Уксус для здорового человека благотворно влияет на пищеварительные органы, предупреждает инфекцирование кишечного тракта. Когда мы едим «Пампушки фаршированные», «Блинчики фаршированные», «Пельмени», то в соус обязательно надо добавить уксус (соус состоит из соевого соуса, кунжутного масла и уксуса). При тушении рыбы, уксус снимает вкус рыбьего жира и ила, ускоряет переход кислообразующих веществ в бульоне, растворяет кальций и фосфор, содержащиеся в костях. При жарении зеленого перца уксус снимает остроту. Поскольку горький перец содержит щелочь, уксус создает кислую среду, которая помогает сохранить витамин С. Кроме того, уксус разлагает канцерогенные вещества в соленых мясных продуктах.

4. Сахар.

При тушении или жарении продуктов сахар способствует улучшению их вкуса. Значение сахара в кулинарной практике весьма существенное, что же касается сладких блюд, то здесь он один из основных компонентов.

5. Глутаминат натрия (глутамат натрия).

Его получают химическим путем, разложением белка мяса или ферментации крахмала. Он является аминокислотой.

Глутаминат натрия непосредственно усваивается организмом, улучшает питание клеток. Детям со слабым физическим развитием следует чаще давать пищу с глутаминатом натрия. Одним словом, глутаминат натрия не только значительно улучшает вкус пищи, но и служит организму в качестве стимулятора здоровья. Глутаминат натрия, разведенный в воде в концентрации 1:3000, не теряет вкуса, особенно он ощутим в кислой среде. В содовом (щелочном) растворе теряет вкус. В кипятке свыше 100 ˚С разлагается и придает неприятный вкус, поэтому глутаминат натрия всегда добавляется в самом конце тепловой обработки. Когда продукты жарятся во фритюре, то глутаминат натрия применяется до огневой обработки продуктов, как маринад с соевым соусом, сахаром, вином. Глутаминат натрия не кладут в яйцо-крахмальную смесь, которая служит защитной оболочкой продуктов от пережаривания. глутаминат натрия в продаже почти не встречается, однако он содержится в продаваемых у нас «Солевой приправе» и «Перечной приправе».

6. Вино.

В Китае в этом качестве употребляется рисовая водка — слабый алкогольный напиток 10–15º, изготовленный из клейкого риса. История его производства насчитывает более 2000 лет. Рисовая водка является национальным напитком. В книгах, знакомящих читателей западных стран с китайской кухней, обычно употребляется слово «вино». Однако это не имеет отношения ко всем виноградным винам. В тех странах, где нет китайской рисовой водки, ее обычно заменяют виски, коньяком, слегка разбавленным водой, или креплеными виноградными винами с небольшим содержанием сахара, типа херес и т. д.

7. Бадьян (звездочный анис).

Семя растения. В СССР произрастает в Абхазии. В китайской кухне широко применяется для приготовления мясных и ароматических маринованных блюд.

8. Гвоздика.

Ароматическая пряность, представляющая собой высушенные нераспустившиеся бутоны цветов тропического гвоздичного

дерева. Широко применяется в кулинарии и кондитерских изделиях.

9. Имбирь.

Корневище камышеобразного тропического растения имбирных. Имбирь имеет пряный специфический запах и жгучий вкус. Широко применяется в китайской кухне в свежем и сушеном виде, а также в порошке. В СССР продается имбирь в порошке.

10. Корица.

Корицей называется очищенная от верхнего слоя кора побегов тропического коричневого дерева. Кора высушивается и применяется в виде кусочков или порошка для ароматических блюд.

В продаже различают корицу цейлонскую, яванскую и китайскую. В СССР произрастает в условиях субтропиков Кавказа коричневый лавр. Запах и вкус аналогичен тропической корице, но менее интенсивный.

11. Перец хуацзё.

Растет в Китае в провинциях Шэнси, Сычуань и др. Вкус его очень пряный, острый, напоминает вкус душистого перца горошка, смешанного с черным перцем, но менее жгучий, поэтому можно заменить его смесью душистого перца и черного молотого перца. Читателю понятно, что эта аналогия, конечно, не полная.

12. Тмин.

Это пряные семена, широко применяются в кулинарии.

13. Мускатный орех.

Очищенные и высушенные плоды тропического мускатно-орехового дерева, обладающие острым жгучим вкусом и ароматом. Широко применяются в кулинарной практике.

Приготовление смешанных специй

Смешанные специи очень разнообразны. Их можно приготовить самим. В Китае они имеются и в продаже.

1. Соль с перцем хуацзё.

30 г соли, 10 г перца хуацзё. Способ приготовления: перец хуацзё кладут на сковороду, нагревают, жарят до появления темно-коричневого цвета, затем раскатывают его на кухонной доске в порошок и смешивают с солью. Хранят в стеклянном пузырьке с плотно закрывающейся крышкой или пробкой. Срок хранения не более 30 дней, поскольку аромат перца улетучивается.

2. Красный стручковый перец, пережаренный

в растительном масле.

Способ приготовления: 100 г растительного масла, 20 г красного сушеного перца жгучего, 2 г имбиря, 5 г репчатого пука (мелко нашинкованного).

Масло раскалить на сковороде, обжарить лук, уменьшить огонь до минимума (насколько это позволяет конфорка газовой плиты). Перец стручковый нарезать соломкой или дольками длиной 1 см. Обдать кипятком и дать просохнуть. Опустить в сковороду с маслом, где температура уже значительно упала, посыпать имбирным порошком и держать на слабом огне, пока масло не станет красного цвета, остудить, выбрать лук; перец с маслом можно хранить в стеклянной баночке с крышкой.

3. Масло заправочное.

100 г свиного жира, 100 г растительного масла, 20 г лука, 2 г имбиря (порошок), 5 г перца хуацзё, 5 г бадьяна, 5 г корицы. Способ приготовления: свиной жир и растительное масло раскалить на сковороде, добавить перец хуацзё, бадьян, корицу, хорошо пережарить, вынуть специи, жир остудить, добавлять при жарении различных продуктов. Хранить в стеклянной банке с

закрывающейся крышкой.

4. Кисло — сладкая подлива.

Сахар, уксус, соль, соевый соус, крахмал (количество определять каждый раз по основному продукту), смешать, полить в конце тепловой обработки основного продукта.

5. Томатная подлива.

Томатная паста, сахар, соль. Способ приготовления: в сковороду с маслом положить томатную пасту, обжарить, добавить сахар, соль. Добавлять к жареным и тушеным блюдам.

6. Подлива с вкусом рыбы.

Количество специй определяется по основному продукту и вкусу. В эту подливу входят специи, применяемые для приготовления рыбных блюд: соевый соус, уксус, сахар, вино, острая соевая паста, черный молотый перец, крахмал, лук, имбирь, чеснок.

Лук и чеснок слегка обжаривают и в отдельной посуде смешивают с остальными специями, затем добавляют в основные продукты в конце тепловой обработки.

7. Подлива пикантная.

3 г сахара, 3 г мелко нарубленного чеснока, 3 г масла, пережаренного со стручковым перцем, 5 г соевого соуса, 2 г перца хуацзё (молотый), 3 г кунжутного масла, 3 г кунжутной пасты.

Специи смешивают и добавляют в основные продукты в конце тепловой обработки. Эта приправа придает блюду острый, сладкий, соленый, ароматичный вкус, смешанный с вкусом семян кунжута.

8. Настойка перца хуацзё.

10 г репчатого лука, 5 г имбиря, 5 г перца хуацзё, 100 г воды, Лук мелко нарубить, смешать с перцем и имбирем, положить в небольшую посуду, залить крутым кипятком (100 г), закрыть

крышкой и остудить. Перед употреблением процедить, хранить в закупоренной бутылочке.

9. Соевая паста.

Готовится, как и соевый соус, отличается лишь тем, что соевый соус — это отжатая жидкость от пасты. Но паста при тепловой обработке сохраняет вкус первичного продукта с сильным запахом ферментации, а соус этого запаха не имеет. Широко применяется в кулинарной практике.

10. Кунжутная паста.

Изготовляется из кунжутной массы, полученной после отжима масла. Применяется к холодным и горячим блюдам как приправа.

11. Кунжутное масло.

Изготовляется из пережаренных семян кунжута. Кунжут однолетнее масличное растение, в семенах которого содержится до 63 % жира. В китайской кухне это масло применяется как приправа, в вегетарианской кухне оно используется как жир. По ароматическим свойствам кунжутное масло превосходит все известные масла: несколько капель этого масла достаточно, чтобы блюдо приобрело особый аромат, стало вкуснее.

12. Соевая паста острая.

В Китае эта паста производится в провинции Сычуань, поэтому она носит название «Сычуанская острая соевая паста». Это разновидность соевой пасты, соевые бобы при изготовлении подвергаются меньшей степени ферментации, дольки соевого боба сохраняют свою первоначальную форму. В пасту добавляют красный стручковый перец жгучий, от чего паста очень острая.

13. Порошок пяти специй.

Порошок состоит из перца хуацзё, имбиря, корицы, гвоздики и бадьяна. Эти специи перемалываются в порошок и

употребляются для изготовления определенных блюд.

Особенности жарения во фритюре

В китайской кухне жарение осуществляется во фритюре или на сильно раскаленной сковороде с небольшим количеством жира, при этом, естественно, продукты мгновенно прожариваются, испаряется жидкость, содержащаяся в продуктах, теряется вкус, нежность и аромат. Во избежание этого в китайской кухне применяют защитную оболочку, которая может быть густой консистенции или жидкой, она хорошо обволакивает продукты и защищает их от потери жидкости и питательных веществ, сохраняет вкус. Например куриное, рыбное филе, мясо при высокой температуре быстро теряет жидкость, вкус, продукты становятся жесткими. Яично-крахмальная или яично-мучная защиту на оболочка помогает сохранить влагу, вкус, внешний вид. Такие защитные оболочки делятся на 10 видов.

1. Защитная смесь из белка яиц, крахмала и соли. Применяется для жаренья продуктов во фритюре и жаренья с небольшим количеством жира. При жарении во фритюре оболочка делается хрустящей, а при жарении с небольшим количеством жира придает продукту мягкость.

2. Защитная оболочка из яйца (т. е. из белка и желтка) и муки. Применяется для жаренья продуктов с обеих сторон и жаренья в небольшом количестве жира.

3. Защитная оболочка из смеси взбитого до густой пены белка и муки. Продукты, жаренные с такой защитной оболочкой, имеют белоснежный цвет, оболочка воздушная, применяется для всех видов тепловой обработки и для изготовления кондитерских изделий.

4. Панировка мукой и яйцом.

Продукты сначала обваливаются в муке, затем смачиваются во взбитом яйце. После жаренья имеют золотистый цвет, обладают ароматом.

5. Панировка в муке, яйце и сухарях.

Продукты обваливаются в муке, смачиваются в яйце, а затем

обваливаются в сухарях. После жаренья — цвет темно-желтый, корочка ароматная, хрустящая.

6. Защитная оболочка белая из белка, крахмала и воды. Применяется для жаренья в небольшом количестве жира. После жаренья оболочка белая с красным просветом, мягкая, нежная.

7. Защитная оболочка из крахмала и воды, густая. Применяется при жарении во фритюре. Цвет после жаренья темно-красный, вкус — хрустящий с ароматом.

8. Защитная оболочка мучная с разрыхлителем, поднимается, как на дрожжах. После жаренья имеет бледно-желтый цвет, хрустящая, нежная.

9. Защитная оболочка из белка яиц, крахмала, соды, соли и воды. Применяется для жаренья овощей во фритюре.

10. Защитная оболочка из муки или крахмала. Продукты сначала смачиваются в воде, смешанной со специями, затем обваливаются в муке или в крахмале. Применяется для жаренья рыбы ломтиками или креветок во фритюре.

При жарении продуктов с защитной оболочкой во фритюре необходимо следить, чтобы фритюр был нагрет до 100 ˚С, т. е. жарить в среднем фритюре. В противном случае оболочка пережаривается, а продукты будут сырыми. Продуктов не должно быть очень много, их необходимо непрерывно мешать, чтобы не было комочков.

В китайской кухне широко применяется для тепловой обработки фритюр (т. е. жаренье продуктов с погружением в большое количество жира). Этот способ известен с древних времен, и для этой цели используются свиное, топленое сало, растительное масло или их смеси. Жир перед обжаркой нагревают примерно до 200 ˚С до тех пор, пока из него не будут выделяться пузырьки пара и над его поверхностью не покажется так называемый «синий дымок», указывающий на начавшееся разложение примесей жира. Этот процесс прогрева жира называется «прокаливанием». Жир, не прокаленный до обжарки, сильно пенится. Фритюр используется для приготовления полуфабрикатов. По температуре он делится на средне-горячий, горячий и очень горячий фритюр.

1) Средне-горячий фритюр имеет температуру 90-130 ˚С. По внешнему виду: нет сильной дымки, не потрескивает, поверхность масла спокойна. При закладке продуктов вокруг них появляется небольшое количество пузырьков.

2) Горячий фритюр имеет температуру 130–170 ˚С. По внешнему виду: небольшой синий дымок, масло циркулируем с краев фритюрницы собирается к центру и растекается к краям. При закладке продуктов вокруг них появляется много пузырьков,

треска нет.

3). Очень горячий фритюр имеет температуру 170–230 ˚С. По внешнему виду: есть синий дымок, жир спокоен, при помешивании издает треск. При закладке продуктов вокруг них появляется большое количество пузырьков, слышен легкий треск.

В китайской кухне чаще всего используется средне-горячий фритюр, даже чуть ниже по температуре чем 90-130 ˚С. В таком фритюре обжариваются продукты, нарезанные кусочками, полосками, соломкой, ломтиками, кубиками. Обычно продукты покрыты защитной оболочкой из яично — крахмальной или мучной смеси. Продукты должны полностью погружаться в жир, поэтому соотношение продуктов и жира должно составлять 1:4. Продукты с защитной оболочкой непосредственно не соприкасаются с жиром, жидкость их не испаряется, поэтому они сочные и нежные. Температура фритюра должна определяться характером продуктов, их количеством, поэтому нужно учитывать, что при большом количестве продуктов температура резко падает, а это может привести к отслоению защитной оболочки и ухудшению качества продуктов, они становятся жесткими, а фритюр портится из-за перегорания отслоившихся мелких частиц. Однако температура не должна быть и высокой, так как продукты могут склеиться и образовать комочки.

Горячий фритюр используется также довольно широко. В нем обжаривают рыбу, курицу, утку, свиные ножки и продукты большими кусками, в основном для первичной тепловой обработки, а также готовые продукты, то есть кур, уток, рыбу с целью приобретения ими хрустящей корочки. При очень горячем фритюре нужно следить, чтобы продукты опускались в жир тогда, когда в наличии имеется синий дымок. Если продукты представлены кусочками, то каждый кусочек нужно опускать в жир отдельно, смотреть, чтобы продукты не подгорели. При закладке продуктов необходимо соблюдать осторожность, так как при высокой температуре влага мгновенно превращается в пар, вытесняется и разбрызгивает жир. Во избежание этого продукты максимально приближают к поверхности жира и, опуская их, тут же убирают руку. Следует также закрывать фритюрницу крышкой. Если мы опускаем во фритюр свинину с кожицей, то делаем это кожей вниз. Этим достигается обжаривание кожи в первую очередь, происходит ее набухание, а, следовательно, и прожаривание. Продукты во фритюре надо перемешивать только тогда, когда резко уменьшится треск. Для получения хрустящей корочки, продукты надо жарить 2 раза, сначала, чтобы прожарить, затем, чтобы образовалась хрустящая корочка. Продукты нельзя долго держать во фритюре, они становятся жесткими, теряют

вкус.

Для сохранения белого цвета продукты опускают в свежий жир, в котором еще ничего не обжаривали.

Размачивание сушеных продуктов

Ласточкино гнездо

(ЯНЬВО)

На крупных скалах островов Аньнань и Тайвань обитают многочисленные стаи ласточек. Они вьют свои гнезда из мальков рыб и икринок, склеивая их слюной, обладающей свойством быстро затвердевать.

Сушеное ласточкино гнездо положить в кастрюлю, залить крутым кипятком, и по мере охлаждения воду неоднократно менять. Когда гнездо разбухнет и станет мягким, воду слить и специальным пинцетом удалить с него пушок и промыть в теплой воде.

Перед употреблением гнездо еще раз ошпарить в кипятке с питьевой содой. После ошпаривания вес ласточкиного гнезда увеличивается в 10 раз.

Применяется в бульонах и горячих закусках.

Плавники акулы

(ЮЙЧИ)

Плавники акулы относятся к деликатесам в китайской кухне. Делятся на 3 вида: желтые, белые и черные. Содержат: 73,5 % воды, 24,8 % белка, 0,5 % жиров, 1,09 % золы.

Плавники акулы перебрать, поставить в казан острым концом вверх, плотно один к другому, налить холодной воды и довести до кипения, после чего снять с огня и оставить в этом же отваре до следующего дня. На другой день плавники вынуть из отвара, промыть их, очистить от песка, удалить несъедобные части (кожу, кости, хрящи) при помощи специального ножа. Отсортировать их, отобрав мягкие от твердых, и доварить последние. После чего проварить до готовности (до абсолютной мягкости).

Несмотря на то, что при первичной обработке плавники акулы имеют большие потери — вес готового полуфабриката, годного к употреблению, остается равным первоначальному весу брутто. В Китае продают акульи плавники полуфабрикаты, которые нужно лишь заварить в кипятке до разбухания.

Трепанг

(ХАЙШЭНЬ)

Трепанг — морское беспозвоночное животное семейства иглокожих. Мясо трепанга высоко ценится у японцев, китайцев, корейцев, малазийцев. Оно используется в сушеном виде, считается деликатесом.

После улова трепанга освобождают от внутренностей (водяное легкое) и погружают в раствор, состоящий из извести, квасцов и воды, после чего его вынимают и сушат на солнце.

Химический состав: 39 % воды, 61,4 % белка, 20,3 % жира, 11,0 % гликогена. В золе обильно содержится кальций, фосфор, в белках аминокислоты.

Трепанг в соприкосновении с жирами поддается процессу таяния (порчи), поэтому рекомендуется посуду, в которой хранится трепанг, и руки содержать в абсолютной чистоте.

Процесс приготовления трепанга в полуфабрикат состоит в следующем: промыть в холодной воде и поставить варить, причем, как только вода закипит, снять с огня и оставить в этом отваре до следующего дня. На другой день слить отвар, промыть, налить холодной воды и довести до кипения. Затем снять с огня, слить отвар, промыть холодной водой до полного охлаждения, далее разрезать ножницами брюшко, выпотрошить, промыть, налить холодной воды, поставить на огонь и довести до кипения, снять с огня, оставив в этом отваре до следующего дня. На третий день слить отвар, промыть, налить холодной воды, вскипятить и оставить в этом отваре до следующего дня. На четвертый день слить отвар, промыть, налить холодной воды, прокипятить и,

когда закипит вода, снять с огня, слить отвар, промыть до полного охлаждения, и, налив холодной воды, хранить в холодном месте. В летнее время следует положить внутрь емкости кусок льда.

После окончательной варки трепанг увеличивается в весе в 5 раз.

В Советском Союзе трепанг вылавливают в Приморском крае. Трепанг имеет промысловое значение, идет на экспорт. Прибрежные воды Владивостока богаты трепангами, поэтому китайцы называют этот город и его приморское побережье «Заливом трепанга». В прибрежных городах Приморского края трепанги продаются свежими и в засушенном виде.

Мускул морского гребешка

(ГАНЬВЭЙ)

Мускул морского гребешка заключен в двухстворчатую полукольцеобразную раковину. В пишу употребляются с древних времен. Содержит: 8,66 % белка, 1,31 % жира, 2,26 % гликогена и витамины В и С. В продажу поступает в свежемороженном и сушеном виде.

Мускул морского гребешка промыть несколько раз в теплой воде и поставить варить на слабый огонь до мягкости. Затем остудить и в этом отваре хранить в холодном месте.

После варки увеличивается в весе в 2,5 раза.

В Москве мускул морского гребешка имеется в продаже в магазинах «Океан».

В китайской кухне из мускула морского гребешка готовят различные горячие блюда и гарниры к бульонам.

Медуза

(ХАЙЧЖЭ)

Медузы — морские кишечно-полостные животные. Они имеют зонтообразную форму, внизу — массу разветвлений, которые принято считать за голову. После лова с медузы снимают голову, удаляют внутренности, оставляют зонтообразную часть, на которую насыпают соль и квасцы, чем достигается удаление специфического запаха и влаги. Эту операцию делают не менее 3

раз. Чем дольше хранится медуза, тем вкусовые качества ее становятся лучше.

Медузы идут в реализацию лишь после годового хранения.

Медуза содержит: 31,6 % воды, 1,8 % воды, 17,3 % гликогена, 49,3 % белка.

1 г медузы равен 2,5 калорий. Медуза очень питательна и является лечебным средством, так например, смешивая ее с сахаром, излечиваются от хронического кашля. Кроме того, во внутреннем слое медузы имеется пленка темного оттенка, которая также обладает лечебным свойством, которое помогает матери оправиться после родов.

Медузу поместить в кастрюлю, налить холодной водой на 30–40 минут, после этого промыть, нарезать соломкой и, налив холодной воды, поставить хранить в холодное место.

Перед употреблением опустить в горячую воду и тут же откинуть. При бланшировании в кипятке теряет в весе 33 %.

Кальмары сушеные

(ЮЮЙ)

Это род морских моллюсков из отряда десятируких, животное размером до 25 см встречается в японских и китайских морях. Обитают в открытом море и лишь в период икрометания подходят к берегам. Лов кальмаров происходит с начала лета и длится 60 дней. После улова у кальмаров разрезают брюшную полость, удаляют внутренности промывают в слабом соляном растворе, затем в пресной воде и сушат на солнце. Когда кальмары высушатся и усохнут на 70–80 %, их накладывают один на другой, помещают под пресс и держат в таком состоянии в течение 2 суток. Далее их разъединяют и окончательно засушивают.

Кальмары нужно промыть в теплой воде, замочить на 30–40 минут в горячей, затем вынуть из воды, отделить конечности, удалить несъедобные части (позвоночник, голову), нарезать соломкой, после чего промыть 2–3 раза и поставить варить. Когда вода закипит, оставить на слабом огне и варить до мягкости. По готовности кальмары снять с огня и в этом отваре оставить до следующего дня. На другой день слить отвар, промыть, налить холодной воды и хранить в холодном месте. Чтобы быстрее в процессе варки достичь мягкости, в воду следует положить питьевой соды из расчета 0,5 кг на 10 кг кальмаров. Готовность варки кальмаров определяется увеличением в объеме

приблизительно в 2 раза. При бланшировании в кипятке теряет в весе 15 %.

В Советском Союзе кальмары в розничной торговле продаются в основном как свежемороженое филе, что значительно облегчает труд хозяйки.

Креветки сушеные

(ДАХАЙМИ)

Креветки — это беспозвоночное морское животное из отряда десятиногих, ракообразных. Длина их от 2 до 30 см. Они распространены во всех океанах и морях и обитают на различных глубинах. В пресных водах встречаются преимущественно в тропиках и субтропиках. Свежие креветки содержат: 16,4 % белка, 1,8 % жиров, 0,4 % гликогена, 2,2 % неорганической соли и 79,2 % воды. Сушатся на солнце. Из 50 кг свежих креветок получается около 7,5 кг сушеных.

Креветки промыть, запить теплой воды и оставить в воде до тех пор, пока креветки будут мягкие. Хранить в этой же воде в холодном месте.

После замачивания увеличиваются в весе в 1,5 раза. Применяются в холодных и горячих закусках и бульонах. В СССР креветки продаются в свежемороженом виде

Ростки бамбука сушеные

(ЮЛАНЬПЯНЬ)

Разновидностей бамбука насчитывается около двухсот. В пищу употребляются только молодые побеги (ростки). Южно-японские и китайские виды бамбука растут в СССР на Черноморском побережье Кавказа и отчасти в Крыму.

В китайской кухне бамбук считается овощным деликатесом.

Содержит в себе много азотных веществ, как например, аспарагин.

Ростки бамбука перед употреблением необходимо промыть холодной водой и поставить варить. Как только вода закипит — снять с огня и в этом отваре оставить до следующего дня. На другой день спить отвар, промыть, налить холодной воды, довести до кипения, и, сняв с огня, оставить в этом отваре до

следующего дня. Эту операцию повторять в течение 3 дней. Затем отрезать несъедобную твердую часть, залить холодной водой и хранить в холодном месте.

После окончательной варки увеличиваются в весе в 2 раза. Применяются ростки бамбука в горячих закусках и бульонах.

Грибы сянгу сушеные

(СЯНГУ)

Грибы сянгу имеют форму зонта. Выращивают их искусственно на деревьях дуба, каштана и т. д. Способ выращивания грибов сянгу весьма прост. В осенний период крестьяне выезжают в лес и на ранее срубленных деревьях делают зарубы топором поперек дерева глубиною 3–5 см, осеменяют спорами и подводят воду для орошения. Через 1–2 месяца на местах надрубов вырастают грибы, которые в дальнейшем снимаются и сушатся на солнце.

Грибы нужно промыть в холодной воде, замочить на 30–40 минут в горячей, затем откинуть их, удалить несъедобные корешки и, налив холодной воды, хранить в холодном месте. После замачивания увеличиваются в весе в 3 раза.

Применяются в горячих закусках и бульонах.

Древесные грибы

(МУЭР)

Грибы муэр растут на сухостоях дуба, погибших от пожаров, любят теплый влажный климат, появляются обычно после дождя. Делятся на три вида: белые, желтые и черные. Белые называются иньэр и считаются деликатесом. 1 кг свежих грибов муэр дает 100 г сушеных.

Грибы перед употреблением промыть в холодной воде, налить теплой и оставить в ней на 1–2 часа для набухания. Затем грибы перебрать, очистить их от коры, которая находится на корне гриба, налить холодной воды и хранить в холодном месте. После вымачивания они увеличиваются в весе в 10 раз.

Применяются в качестве гарнира и используются в холодных и горячих закусках и бульонах.

Цветы хуанхуа

(ХУАНХУА)

Цветы хуанхуа относятся к дикорастущим однолетним растениям семейства лилевых. Очень богаты витаминами, солями, фосфором, железом. При сборе цветов снимают только бутоны.

Замочить цветы в холодной воде на 30–40 минут, затем откинуть, удалить несъедобный твердый корешок, нарезать длиною 2–3 сантиметра, налить холодной воды и хранить в холодном месте.

После замачивания увеличивается в весе в 2 раза.

Применяется в горячих закусках и бульонах.

В Советском Союзе произрастают на Дальнем Востоке и в Приморском крае. Называются желтыми саранками.

Вермишель из гороха маш

(ФЭНЬТЯО)

Вермишель изготовляется из гороха маш. Для приготовления вермишели горох размалывают в порошок, варят из полученного порошка клейстер, откидывают через дуршлаг, охлаждают и высушивают на солнце. Для приготовления 1 кг вермишели затрачивают от 5 до 6 кг гороха. Вермишель бывает 2 видов: круглая — нитеобразная и плоская — в виде лапши. Плоская при первичной обработке подвергается варке не менее 15–30 минут на среднем огне.

Налить теплой водой и поставить варить на слабый огонь до разбухания. По готовности вермишель откинуть, промыть и, налив холодной воды, хранить в холодном месте. Применяется в холодных, горячих закусках и бульонах. После варки увеличивается в 3,5 раза.

Маринованный соевый творог

(УСЯНГАНЬ)

Соевый творог получают из белков соевых бобов, путем

замачивания соевых бобов в воде до набухания. После этого пропускают через жернова, процеживают и полученную жидкость кипятят. Затем добавляют хлористый кальций и разливают в формы, в которых он и затвердевает. Твердый соевый творог сушат на солнце и маринуют в соевом соусе с добавлением специй (перец хуацзё, бадьян, корица, имбирь и т. д.).

Применяется в горячих закусках.

Консервированные утиные яйца

(СУНХУАДАНЬ)

Состав для консервирования утиных яиц приготовляется из золы тутовых деревьев и гороховых стеблей, сырой извести, соды, соли, сока чайных листьев, которые смешиваются в густую массу.

Утиные яйца промывают, обмазывают приготовленной массой толщиной 2–3 см, обваливают в рисовой шелухе и кладут в чан, который плотно закрывают и держат в нем 80—100 дней. Яйца могут храниться в течение 2 лет, если не нарушать целостность скорлупы и той массы, которой яйцо было обмазано и обвалено. Применяется в холодных и горячих закусках.

Желе из крахмала

(ЛЯНФЭНЬ)

Сухой крахмал развести холодной водой до средней консистенции (густоты).

В емкость большого диаметра налить воды, вскипятить ее и держать все время на огне, в другую посуду напить холодной воды и поставить ее на стол. В специальную медную луженую, немного выгнутую, без ручек сковороду влить разведенный крахмал, положить ее в емкость с кипятком и отрывистыми движениями вращать ее слева направо до тех пор, пока крахмал на сковороде не затвердеет. Затем сковороду с крахмалом, не вынимая из емкости, наполнить кипятком (крахмал должен быть покрыт водой) и резким движением слева направо повернуть сковороду. Когда сковорода перестанет вращаться, вынуть ее, одновременно сливая кипяток, тут же погрузить в кастрюлю с холодной водой и, не вынимая сковороды из воды, снять желе. Готовое желе промыть, нарезать соломкой, напить холодной воды

и хранить в холодном месте.

Готовое желе увеличивается в весе в 3,5 раза.

Желе из крахмала применяется в холодных и горячих закусках.

Семена лотоса

(ЛЯНЬЦЗЫ)

Семена лотоса в основном произрастают в пяти южных провинциях Китая. Лучшими считаются чжецзянские, фуцзяньские и хунаньские.

Делятся на 3 вида по способу выращивания: доморощенные, озерные и полевые. Каждый сорт имеет свою особенность. После отпадания цветка образуются коробочки с семенами, которые срезают и очищают от кожуры. Сушат семена лотоса только на солнце.

Семена лотоса содержат в себе большое количество крахмала и белка.

Вскипятить воду, положить в нее семена лотоса, соду и специальным травным веничком толочь в течение 5 минут. Эту операцию продолжать 3–4 раза, каждый раз меняя кипяток и добавляя соду до тех пор, пока семена лотоса очистятся от кожицы и будут белыми. Затем откинуть их, промыть холодной водой, обрезать с двух сторон, вынуть сердцевину, положить в кастрюлю и поставить варить на слабый огонь до мягкости. По готовности семена откинуть и хранить в холодном месте.

Перед употреблением семена лотоса следует вновь отварить до мягкости, так как при хранении они подсыхают. После варки увеличиваются в весе в 1,8 раза. Применяются в сладких блюдах.

Свежий имбирь

(СЯНЬЦЗЯН)

Свежий имбирь — это однолетнее растение, которое растет в основном в провинциях Гуандун, Хуцзянь, Шандун, Сычуань. Делится на весенний и зимний. В пищу употребляется как специя. Он является и средством от простуды. В холодных районах имбирь добавляют в корм животных, чем оберегают их от простуды.

Потери при холодной обработке 36,0 %.

Применяется как специя в холодных, горячих закусках и бульонах.

В СССР продается имбирь в порошке.

Молодые ростки гороха, сои, чеснока

В зимнее время и ранней весной обычно ощущается дефицит в свежих овощах, поэтому в повседневной жизни в китайских семьях часто проращивают сушеные бобы, фасоль, сою, горох. Молодые ростки пополняют недостаток натуральных витаминов, Ниже приводится технология выращивания таких ростков, она проста и доступна каждой семье.

Горох маш или сою замачивают на сутки в холодной воде (комнатной температуры). За это время горох и соя набухают и наклевываются глазки.

Затем горох или сою высыпают на марлю и кладут на дно кастрюли, ставят в теплое место, ежедневно обрызгивают марлю, в которой завернуты ростки, холодной водой, при необходимости марлю с продуктом вынимают и промывают холодной водой. Через 3–4 суток горох или соя дают обилие ростков длиной 4–5 см и более (обычно ростки сои намного длиннее). Ростки готовы к потреблению. Необходимо следить, чтобы кастрюля всегда была закрыта крышкой.

Ростки с горохом или соей перед употреблением промывают, удаляют кожицу с горошины или боба, ошпаривают кипятком, а затем жарят с бараниной, свининой, говядиной. Подробно смотрите в рецептуре блюд.

Способ выращивания побегов чеснока. Лежалый прошлогодний чеснок становится желтым и почти непригоден для употребления в пищу.

Такой чеснок очищают от кожуры, нанизывают на нитку, затем, начиная от середины, спиралевидно укладывают в суповую тарелку корнем вниз, круг за кругом. Наливают воду и через две недели у Вас на столе жареные молодые побеги чеснока со свининой с манящим ароматом, возбуждающим прекрасный аппетит. Способ приготовления смотрите в рецептуре.

НЕКОТОРЫЕ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Для приготовления китайских блюд необходимо иметь и соответствующую кухонную утварь. В наших условиях, когда нет ни китайской сковороды с глубоким овальным дном, ни китайских ножей, ни парового сита, приходится подыскивать подходящую кухонную посуду по аналогии. Вместо сковороды и парового сита достаточно приобрести широко применяемые в среднеазиатских республиках небольшие алюминиевые казаны и мантышницы. Рис можно отварить в любой алюминиевой кастрюле. Кухонные ножи, применяемые в китайской кухне, весьма отличаются от традиционных ножей европейской кухни, они значительно массивнее, имеют прямоугольную форму. Очень похожи на тесаки, но заточены очень остро. Таким ножом китайские кулинары владеют виртуозно, нарезают им ломтики мяса настолько тонко, что они кажутся прозрачными. Таким ножом без соответствующей тренировки пользоваться почти невозможно. Выход один — работать традиционными ножами, остро заточив их, Ведь кулинары европейской и русской кухни пользуются ими не менее виртуозно и быстро. Главное тут — навык, прилежность и острый нож, которым режут.

Кунжутное масло в СССР в продаже не встречается. Как тут быть? Советуем покупать на рынках городов республик Средней Азии. Однако и в Москве можно приобрести семена кунжута. Семена кунжута обжаривают на сухой сковороде до появления приятного аромата. Дают остыть и толкут в ступе или раскатывают скалкой на кухонной доске. Такую кунжутную ароматичную массу можно добавить в соевый соус, а при приготовлении блюд положить в подливку вместо кунжутного масла. Массу из семян кунжута можно развести небольшим количеством воды и пользоваться ею как кунжутной пастой.

В республиках Средней Азии на рынке можно купить соевую пасту, вермишель из крахмала, а также специи: имбирь сушеный,

бадьян, корицу, перец душистый горошком, гвоздику и т. д. В настоящее время широко развернута с Китаем приграничная торговля и, наверное, из Китая завозятся некоторые специи и сушеные продукты. Все это может пригодиться любителям китайской кухни. Почаще бывайте в специализированных магазинах, где продаются специи.

Продукты должны быть всегда свежими. Нам в повседневной жизни приходится иметь дело в основном со свежемороженными продуктами, а такие продукты теряют свои вкусовые качества. Если вы хотите, чтобы рыба была свежая и незамороженная, то положите дольку чеснока между жабер и вы будете иметь на несколько суток свежую рыбу. Хранить ее в посуде с крышкой в холодильнике (но не в морозилке).

Рыба с запахом ила или тины становится неприятной. Если это живая рыба, то подержите ее в холодной воде (достаточно несколько часов). Если рыба сонная, то ее надо обработать, промыть холодной водой, затем подержать в холодной воде с уксусом. При приготовлении рыбных блюд обязательно положите лук, чеснок, имбирь, это снимает посторонние запахи, улучшает вкус, кроме того, они бактерицидны.

Когда Вы покупаете в магазинах мясо, свинину, постарайтесь отобрать большие куски. Дома сразу же разделайте мясо или свинину: снимите кость, отберите и нарежьте большими кусками продолговатой формы, заморозьте их в холодильнике. Куски мяса после неполного размораживания легко режутся кубиками, ломтиками, соломкой, а затем уже полностью дайте оттаять. Это значительно экономит время на резку, делает ее аккуратной, красивой, одинаковой по длине и толщине, а, следовательно, продукт будет равномерно прожариваться.

Мясные продукты при долгом хранении в холодильнике приобретают неприятный горьковатый вкус лежалого мяса, во избежании этого мясо заворачивайте в свежие капустные листья.

Жирную свинину нарежьте так, чтобы она была со слоем мякоти; лучше нарезать ее большим куском 10х10х15 см. Из этого мяса можно приготовить «Свинину ароматичную».

При обжаривании продуктов с защитной оболочкой из яйца и крахмала на сковороде с небольшим количеством масла часто случается, что продукты прилипают к сковороде или слипаются в комочки и подгорают. Для того чтобы избежать этого, китайские кулинары учат: «Надо жарить на раскаленной сковороде с холодным маслом». Это значит раскалить сковороду на огне, влить масло и тут же опустить продукт, непрерьюно помешивая, и обжарить до готовности. Секрет тут в том, что продукты в яично-крахмальной оболочке при очень горячем масле сразу

склеиваются и зажариваются, образуя комочки, а жидкая оболочка прилипает к сковороде и подгорает. Когда масло не успевает еще накалиться, продукты легко размешиваются в масле и быстро прожариваются, не прилипая к сковороде.

Сельдерей в китайской кухне не употребляется как ароматизирующая приправа и листья выбрасываются. Хозяйки употребляют только стебель от сельдерея. Жарят мясо, свинину с сельдереем, нарезают его дольками на 2–3 см в длину, готовят холодную закуску и т. д.

В нашей книге для ознакомления с домашними блюдами широкого читателя многие рецепты рассчитаны на одного человека, это легко определить по раскладке.

Если вы готовите на несколько персон, соответственно нужно увеличить и количество всех перечисленных в рецептуре продуктов.

РЕЦЕПТУРА КИТАЙСКИХ БЛЮД

Холодные закуски

Салат праздничный

(БАНЬ ЛЯНЦАЙ)

1 кг огурцов, 500 г капусты, 300 г моркови, 3 яйца, 300 г размоченной вермишели из крахмала, 50 г соевого соуса, 10 г уксуса, 10 г кунжутного масла, 15 г чеснока, 10 г соли, 25 г муки, 15 г крахмала.

Огурцы нарезать соломкой, капусту и морковь нарезать очень тонкой соломкой, посолить и размять рукой, Яйца взбить, добавить муки и крахмала, немного воды, перемешать, сделать блинчики и тоже нарезать соломкой. На большое блюдо разложить треугольником, острием к центру огурцы сверху, снизу, с правой и с левой стороны блюда. Рядом с огурцами положить капусту, затем морковь и соломку яичных блинчиков. В центре блюда горкой положить вермишель из крахмала.

Сделать соус из соевого соуса, уксуса, кунжутного масла, соли. Добавить 20 г воды и мелко нарубленный чеснок. Салат полить соусом.

Салат из огурцов

(БАНЬ ХУАНГУА)

250 г огурцов, 2 г кинзы, 20 г соевого соуса, 10 г уксуса, 5 г кунжутного масла, 1 г глутамината натрия.

Вымыть огурцы, нарезать соломкой, кинзу мелко нарубить. Огурцы положить на тарелку, добавить соевый соус, уксус,

кунжутное масло, глутаминат натрия и кинзу, перемешать, при необходимости посолить.

Салат из цветной капусты б

(БАНЬ ЦАЙХУА)

200 г цветной капусты, 50 г кунжутного масла, 10 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 5 горошин перца хуацзё, соль по вкусу.

Цветную капусту разобрать на мелкие кочешки, промыть и варить в подсоленной воде до готовности. На маленькую сковороду влить куриный бульон (20 г), добавить соевый соус и глутаминат натрия, довести до кипения и остудить.

Цветную капусту уложить горкой в салатник, полить бульоном и кунжутным маслом, пережаренным с перцем хуацзё.

Капуста кисло-сладкая с перцем

(ТАНЦУ БАЙЦАЙ)

Небольшой кочан капусты, 1 шт. моркови, 1 шт. стручкового перца, 10 горошин перца хуацзё, 10 г кунжутного масла, 20 г растительного масла, 20 г сахара, 10 г уксуса, 10 г соли.

Капусту нарезать квадратиками, морковь — тонкой соломкой, отварить до полуготовности, промыть в холодной воде. Удалить плодоножку и семена у стручкового перца, нарезать небольшими кусочками. Перец хуацзё пережарить с растительным маслом и стручковым перцем, проследив, чтобы перец не почернел. Соль, сахар, уксус развести в 50 г воды в такой пропорции, чтобы ни один из компонентов не преобладал над другим.

Капусту и морковь положить в кастрюлю, влить масло, пережаренное со стручковым перцем и перцем хуацзё, а также смесь сахара, уксуса и соли с водой. Хорошо перемешать и оставить на 2 часа. Затем вновь перемешать, при необходимости по вкусу добавить соль, сахар или уксус. Переложить в большой салатник и полить кунжутным маслом.

Рулет из капусты острый

(ЛАБАЙЦАЙ ЦЗЮАНЬ)

1 кг белокочанной капусты, 1 шт. красного стручкового перца, 200 г сахара, 15 г уксуса, 25 г кунжутного масла, 1 г глутамината натрия, 10 г репчатого лука, 1 г имбиря, соль по вкусу.

Капусту разрезать пополам, удалить кочерыжку, отслоить каждый лист, вырезать утолщенную часть в центре листа. Красный стручковый перец очистить от семян, нарезать тонкой соломкой.

Листья капусты залить на 5-10 минут крутым кипятком.

Сковороду поставить на огонь, влить кунжутное масло, положить перец, обжарить до темно-красного цвета, добавить репчатый лук, имбирь, сахар. Влить 200 г воды, при закипании — уксус, снять с огня, остудить.

Листья капусты разрезать пополам и скрутить в рулет, уложить в приготовленный соус, придавить тарелкой и мариновать 4 часа.

Примечание. На каждый капустный лист можно положить мелко нарезанную морковь, свежий перец, редьку и скрутить в виде трубочки.

Салат из баклажанов с чесноком

(БАНЬ ЦЕЦЗЫ)

200 г баклажанов, 10 г кунжутного масла, 10 г соевого соуса, 15 г чеснока, 1 г глутамината натрия, 2 г уксуса.

Баклажаны промыть, очистить и удалить семена, разрезать пополам вдоль и отварить в воде. Даты остыть и нарезать соломкой. Положить горкой на тарелку, полить соусом из кунжутного масла, соевого соуса, измельченного чеснока, уксуса и глутамината натрия.

Капуста острая моченая

(ЛАБАЙЦАЙ)

500 г капусты, 15 г соевого соуса, 10 г соли, 20 г кунжутного масла, 10 г сахара, 5 г уксуса, 1 шт. стручкового перца, 5 горошин перца хуацзё, 1 г имбиря, 1 шт. моченого перца.

Капусту нарезать квадратиками 3х3, моченый перец нарезать

соломкой. Капусту держать 2 часа в солевом растворе, после чего откинуть на дуршлаг.

Капусту положить в глубокую тарелку, посыпать имбирем, добавить моченый перец, кунжутное масло.

Обжарить стручковый перец и перец хуацзё, смешать с капустой, посыпать сахаром, влить уксус и соевый соус. Перед употреблением перемешать.

Салат из шпината с кунжутными семенами

(ЧЖИМА БОЦАЙ)

500 г шпината, 5 г семян кунжута, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, 20 г кунжутного масла.

Шпинат обработать, промыть, семена кунжута обжарить на сухой сковороде.

Шпинат слегка ошпарить кипятком, нарезать дольками длиной 4–5 см, посолить, добавить глутаминат натрия, кунжутное масло, перемешать.

Переложить в тарелку и посыпать семенами кунжута.

Салат из спаржи с огурцом

(БАНЬ ЛУНСЮНАЙ ХУАНГУА)

200 г спаржи консервированной, 50 г свежих огурцов, 5 г кунжутного масла, 1 г глутамината натрия.

Спаржу нарезать кусочками длиной 2 см (свежую спаржу сначала очищают и отваривают). Огурцы разрезать на 4 части, нарезать дольками длиной 4 см и ошпарить кипятком.

Спаржу и огурцы смешать, положить в салатник, полить куриным бульоном, заправленным соевым соусом, гпутаминатом натрия и кунжутным маслом.

Салат из почек

(БАНЬ ЯОСЫ ШЭНЦАЙ)

300 г свиных почек, 40 г зеленого салата, 5 г кунжутного масла, 10 г соевого соуса, 5 г уксуса, 1 г глутамината натрия.

Свиные почки промыть, срезать пленку и жир, ошпарить кипятком, затем остудить. Почки и зеленый салат нарезать соломкой.

Салат положить веерообразно на тарелку, сверху горкой уложить почки, полить соевым соусом, смешанным с кунжутным маслом, уксусом, гпутаминатом натрия.

Яйца сунхуа

(СУНХУАДАНЬ)

2 утиных яйца, 1 г имбиря, 10 г уксуса, 20 г соевого соуса.

Утиные яйбэ очистить, нарезать дольками, положить веерообразно на тарелку и полить соусом, приготовленным из соевого соуса, имбиря и уксуса.

Яйца ароматичные

(УСЯН ЦЗИДАНЬ)

10 яиц, 15 г соевого соуса, 1 г корицы, гвоздики, бадьяна, 20 г сахара, 30 г сопи, 10 г репчатого лука и чеснока, 2 г имбиря.

Вскипятить 1 л воды, положить яйца и все специи. Сахар пережечь на маленькой сковороде с маслом, когда сахар растает и станет коричнево-красного цвета, влить 50 г воды, перемешать и добавить в кастрюлю с яйцами. Варить яйца 20 минут.

Вынуть яйца, остудить и размять их на полотенце так, чтобы скорлупа была в мелких трещинах. Затем снова положить в кастрюлю и варить минут 20. Дать остыть (в маринаде можно хранить яйца несколько дней).

Яйца очистить от скорлупы, нарезать каждое на 4 дольки, уложить на тарелку, полить маринадом.

Маринад можно использовать -2—3 раза, добавляя воды и соли.

Холодец пятицветный

(У СЫДУН)

1,5 кг свиной кожицы, 500 г моркови, 250 г листового салата,

250 г яичных блинчиков, 500 г ростков бамбука, 50 г сушеных грибов муэр, 50 г репчатого лука, 5 г имбиря, 5 г глутамината натрия, соль по вкусу, 10 г вина (или коньяка).

Морковь с листовым салатом нарезать соломкой, ошпарить подсоленным копятком. Грибы муэр размочить, ростки бамбука, блинчики из яиц также нарезать соломкой, репчатый лук нашинковать. Имбирь, перец хуацзё, бадьян положить в мешочек из марли и перевязать.

Свиную кожицу зачистить, ошпарить кипятком, промыть в холодной воде, В кастрюлю напить 2,5 л воды, опустить кожицу, довести до кипения, снять пену и варить на слабом огне, добавив специи в мешочке. Когда кожа хорошо разварится, выложить ее и пропустить через мясорубку. Бульон процедить, удалить мешочек со специями. В бульон влить 1,5 л воды, опустить кожицу, пропущенную через мясорубку, и варить до готовности, бульон должен быть липким. Снять с огня, добавить вино, глутаминат натрия, посолить по вкусу.

Приготовить два глубоких противня. Бульон разделить на шесть частей. Одну часть влить в два противня, когда застынет, положить морковь, залить второй частью бульона, при застывании положить салат, вновь залить бульоном и т. д. Получится разнослойный холодец, соответственно с красным, желтым, зеленым, белым и коричневым цветом. Когда холодец застынет, нарезать продолговатыми кусками и подать.

Салат из свинины с морской капустой и вермишелью из крахмала (ЛЯНБАНЬ САНЬСЫ)

150 г свинины, 100 г сушеной морской капусты, 100 г вермишели из крахмала, 50 г растительного масла, 25 г соевого соуса, 10 г уксуса, 5 г кунжутного масла, 1 г глутамината натрия, 10 г чеснока, 10 г репчатого лука, 1 г имбиря.

Сушеную морскую капусту залить кипятком на 2 часа, промыть, нарезать соломкой. Свинину нарезать соломкой и ошпарить кипятком. Вермишель обжарить на сковороде с маслом, луком и имбирем, остудить. Чеснок измельчить.

Морскую капусту и свинину отдельно положить в глубокую тарелку, вермишель уложить горкой в центре тарелки. Попить соевым соусом с добавлением уксуса, кунжутного масла,

глутамината натрия и чеснока.

Салат из свиной кожицы острый

(БАНЬ МАЛА ЧЖУПИСЫ)

500 г свиной кожицы, 15 г репчатого лука, 2 г соли, 1 г глутамината натрия, 10 г кунжутного масла, 5 горошин перца хуацзё, красный молотый перец по вкусу.

Кожицу опалить, зачистить, положить в кастрюлю, добавить холодной воды, вскипятить, снять пену, а затем томить на слабом огне минут 40 (в зависимости от готовности). Выложить кожицу, остудить в холодной воде и нарезать соломкой.

В маленькую сковороду высыпать красный перец, увлажнить водой, добавить кунжутное масло, поставить на огонь, прожарить до появления красного цвета, далее положить перец хуацзё, репчатый лук и соломку из кожицы, посолить, посыпать глутаминатом натрия, перемешать. Снять с огня и остудить.

Примечание. Кожицу можно заменить свиными ушками.

Рулет мясной

(ЦЗЮАНЬ ШЯНЬ)

150 г свинины, 50 г зеленого горошка, 50 г моркови, 25 г репчатого лука, 4 яйца, 10 г соевого соуса, 10 г кунжутного масла, 1 г имбиря (порошок), 1 г глутамината натрия, 50 г картофельного крахмала, соль по вкусу.

Свинину пропустить через мясорубку, в фарш добавить два белка, соевый соус, зеленый горошек, мелко нарезанную морковь, кунжутное масло, имбирь, нашинкованный репчатый лук, соль, глутаминат натрия, хорошо перемешать по часовой стрелке.

Оставшиеся два яйца и два желтка разбить в посуду, добавить соль по вкусу, картофельный крахмал, немного воды и хорошо взбить. Из полученной смеси на большой сковороде испечь три яичных блина.

Приготовленный фарш разделить на три части и каждую часть тонким слоем разложить на яичный блин, скатать в трубочку, края склеить смесью для блинов.

Рулет положить в пароварку, варить 10 минут до готовности. Готовый рулет смазать кунжутным маслом, остудить, налезать

ломтиками красиво уложить на тарелку.

Рулет куриный

(ЦЗИЖОУ ЦЗЮАНЬ ЦЗЯНЬ)

500 г куриного филе, 5 яиц, 50 г муки, 50 г картофельного крахмала, 10 г кунжутного масла, 25 г репчатого лука, 5 г имбиря (порошок), 2 г глутамината натрия, 15 г вина (или коньяка), соль по вкусу.

Куриное филе пропустить через мясорубку, добавить 2 белка, крахмал, кунжутное масло, мелко нарубленный лук, имбирь, глутаминат натрия, вино, соль и 100 г воды, хорошо перемешать по часовой стрелке. Готовый фарш разделить на три части.

Яичные блины готовить по рецептуре «Рулет мясной». На каждый блин посыпать муку, разложить тонким слоем фарш. Блины скатать с двух сторон к центру, сгибы склеить смесью для блинов.

Рулет положить в пароварку, варить до готовности. Когда рулет будет готов, смазать его кунжутным маслом, остудить, нарезать ломтиками.

Курица холодная с коричневым соусом

(БАЙЧЖАНЦЗИ)

250 г курицы, 40 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 1 г глутамината натрия.

Вареную курицу разрезать на 4 части, отделить мякоть от костей и нарезать брусочками, остальные части курицы нарубить на небольшие кусочки, после чего положить на тарелку.

Отдельно подать соус, смешанный с кунжутным маслом и глутаминатом натрия.

Курица холодная паровая

(ЦИНЧЖЭНЦЗИ)

250 г курицы, 20 г репчатого лука, 40 г соевого соуса, 10 г кунжутного масла, 5 г корицы, 5 г свежего имбиря, 10 г вина (или

коньяка), 1 г перца хуацзё, 1 г бадьяна, 5 г соли.

Подготовленную к варке курицу натереть сверху и внутри солью. Вовнутрь курицы положить лук, корицу, перец хуацзё, бадьян, имбирь, влить соевый соус (20 г), вино и варить на пару до готовности.

Курицу нарубить брусочками, выложить на тарелку. Соевый соус, смешанный с кунжутным маслом, подать отдельно.

Курица копченая

(СЮНЬ ЦЗИ)

1 курица, 60 г соевого соуса, 50 г сахара, 2 г соли, 25 г репчатого лука, 1 г имбиря, 10 г кунжутного масла, 5 г жженого сахара, порошок пяти специй.

Курицу обработать. В кастрюлю налить 1 л воды, добавить соевый соус, соль, порошок пяти специй, жженый сахар, репчатый лук, имбирь, опустить курицу и варить до полного испарения жидкости. Курицу вынуть из бульона и остудить.

Положить курицу на решетку коптильного шкафа и коптить в течение 30 мин до золотисто-красного цвета. Готовую курицу смазать кунжутным маслом.

Курица по-домашнему

(ЯНЬШУЙ ЦЗИ)

1 курица, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 5 горошин перца хуацзё, 50 г соли, 1 г глутамината натрия, 15 г вина (или коньяка), 5 г кунжутного масла.

Курицу натереть солью, оставить на 2 часа, затем положить в кастрюлю, влить воду (1:2), при закипании снять пену, добавить специи, варить до готовности. Снять с огня и остудить. При подаче смазать кунжутным маслом, нарезать кусочками, полить бульоном.

Курица отварная

(ЧЖУ БАЙЦЗИ)

1 курица, 10 г соли, 5 г кунжутного масла.

Курицу обработать. Воду вскипятить (количество воды должно соответствовать весу курицы), опустить курицу, добавить соль и варить на слабом огне до готовности (примерно 1 час).

Курицу вынуть из кастрюли, протереть салфеткой и положить в пустую кастрюлю, плотно закрыв крышкой. Остудить и смазать кунжутным маслом.

Курица холодная по-сычуански

(ЦЗЯОМА ЦЗИ)

250 г курицы, 10 г имбиря, 15 г репчатого лука, 10 г кунжутного масла, 10 г кунжутного соуса, 10 г соевого соуса.

Вареную курицу нарубить брусочками вместе с косточкой, переложить на тарелку.

Отдельно подать соевый соус, смешанный с кунжутным соусом, кунжутным маслом, имбирем и мелко нарубленным репчатым луком.

Салат из крахмального желе с курицей

(ЦЗИСЫ ФЭНЬПИ)

115 г курицы, 49 г крахмала, 5 г кунжутного масла, 15 г кунжутного соуса, 15 г соевого соуса, 5 г уксуса.

Желе из крахмала откинуть, положить горкой в салатник, полить соевым соусом, смешанным с кунжутным соусом, кунжутным маслом и уксусом. Вареную курицу нарезать тонкой соломкой. На желе положить курицу.

Салат из крахмального желе с курицей и свежими огурцами

(БАНЬЦЗИСЫ ФЭНЬПИ ХУАНГУА)

77 г курицы, 35 г свежих огурцов, 40 г крахмала, 25 г соевого соуса, 10 г кунжутного соуса, 10 г кунжутного масла, 5 г уксуса.

Филе вареной курицы и свежие огурцы нарезать тонкой соломкой. Желе из крахмала откинуть, положить в салатник, полить соевым соусом с добавлением кунжутного соуса,

кунжутного масла и уксуса. Сверху на желе положить курицу, на нее — свежие огурцы.

Креветки и сельдерей с соусом

(ЦЗИНЦЗЯН ЦИНЦАЙ)

250 г сельдерея, 100 г креветок, 50 г ростков бамбука, 2 г соли, 1 г глутамината натрия, растительное масло с перцем хуацзё по вкусу.

Промыть сельдерей, удалить листья, а стебли нарезать дольками длиной 3 см. Подготовленные ростки бамбука и креветки, очищенные от панциря, также нарезать маленькими ломтиками.

Сельдерей и ростки бамбука отварить в воде до готовности, вынуть из кастрюли, остудить. Креветки обжарить, добавить масло с перцем хуацзё, соль, глутаминат натрия, смешать с сельдереем и ростками бамбука.

Салат с вермишелью из крахмала, огурцов и свинины

(БАНЬФЭНЬТЯО ЧЖУЖОУСЫ ХУАНГУА)

90 г вареной свинины, 35 г вермишели из гороха маш, 45 г свежих огурцов, 30 г соевого соуса, 10 г кунжутного масла, 1 г глутамината натрия, 5 г уксуса.

Вареную свинину и огурцы, у которых предварительно срезать с концов кожицу, нарезать тонкой соломкой. Размоченную вермишель откинуть, промыть, положить в салатник, полить соевым соусом с добавлением кунжутного масла, глутамината натрия и уксуса. На вермишель сначала положить свинину, на нее — свежие огурцы.

Салат из креветок, крахмального желе и огурцов

(ЦЗИНЬГОУ БАНЬ ФЭНЬПИ ХУАНГУА)

10 г креветок, 40 г консервированного зеленого горошка, 45 г свежих огурцов, 36 г крахмала, 20 г соевого соуса, 25 г кунжутного соуса, 5 г кунжутного масла, 5 г уксуса.

Креветки нарезать небольшими дольками, свежие огурцы — соломкой, желе из крахмала — тонкими длинными полосками.

В салатник положить желе из крахмала, полить его соусом из уксуса, кунжутного масла, кунжутного соуса и соевого соуса… На желе уложить креветки, с боков — зеленый горошек и свежие огурцы.

Салат из медузы с креветками

(БАНЬ ХАЙЧЖЭ ХАЙМИ)

180 г медузы, 20 г креветок, 15 г чеснока, 30 г соевого соуса, 10 г кунжутного масла, 1 г глутамината натрия, 5 г уксуса.

Полуфабрикат медузы промыть, нарезать соломкой, ошпарить в кипятке, откинуть и положить в салатник. Креветки мелко нарезать и положить сверху медузы. Чеснок нашинковать в длину дольки, посыпать сверху медузы и креветок, полить соусом (соевый соус смешать с кунжутным маслом, глутаминатом натрия и уксусом).

Говядина остро-сладкая

(МАЛА НЮЖОУ)

500 г говядины, 50 г репчатого лука, 1 г имбиря, 40 г соевого соуса, 2,5 г соли, 25 г сахара, 25 г вина (или коньяка), 10 горошин перца хуацзё, 10 г семян кунжута, 1 шт жгучего стручкового перца, 1 г глутамината натрия, 500 г растительного масла (для фритюра)

Говядину разрезать на два больших куска, нашинковать лук, нарезать небольшими дольками стручковый перец. Семена кунжута прожарить на сухой сковороде до появления аромата.

Говядину положить в посуду, добавив соль, репчатый лук, имбирь, вино, перемешать и мариновать 1 час. Затем посуду поставить в пароварку, варить до готовности, остудить, нарезать ломтиками длиной 3 см, толщиной 3 мм.

Мясо ломтиками опустить в горячий фритюр, слегка обжарить до образования светло-коричневой корочки.

Масло слить, сковороду поставить на огонь и на оставшемся в сковороде масле обжарить стручковый перец до темно-коричневого цвета, добавить репчатый лук, имбирь, тщательно

перемешать, влить 150 г воды, соевый соус, соль, вино, сахар.

Ломтики говядины жарить до тех пор, пока не испарится бульон.

Снять с огня, остудить. После этого добавить глутаминат натрия, посыпать семенами кунжута. Перед подачей блюда выбрать стручковый перец и лук.

Карась тушеный без костей

(СУ ЦЗИЮЙ)

1 кг свежих мелких карасей, 50 г кунжутного масла, 50 г соевого соуса, 2,5 г соли, 50 г вина (или коньяка), 50 г сахара, 250 г репчатого лука, 1 г имбиря (порошок), 50 г уксуса, 2,5 г порошка пяти специй, перец хуацзё, бадьян, корица по вкусу

Карасей обработать, промыть холодной водой, лук нарезать дольками. Порошок пяти специй, уксус, вино, соль, соевый соус добавить в воду, перемешать.

В глубокую сковороду уложить карасей головами к центру, оставшихся положить на середину сковороды (по виду напоминает цветок ромашки), рыбу посыпать перцем хуацзё, бадьяном, корицей, имбирем, далее сверху положить репчатый лук и сахар, полить кунжутным маслом. Затем медленно влить воду со специями.

Поставить сковороду на огонь, довести до кипения и на слабом огне тушить в течение 5 часов. После этого остудить.

Примечание. Этим же способом можно готовить любую рыбу, особенно с мелкими косточками. При данной обработке кости становятся мягкими, легко разжевываются, придают блюду особый колорит.

Блюда из свинины

Свинина, жаренная соломкой с молодыми побегами чеснока

(ЖОУСЫ ЧАО СУАНЬХУАН)

150 г свинины, 200 г молодых побегов чеснока, 25 г растительного масла, 20 г соевого соуса, 2 г глутамината натрия, 10 г вина (или коньяка), 15 г крахмала, 1 белок, соль по вкусу.

Мякоть свинины нарезать соломкой, смочить в смеси белка с крахмалом, разведенным в холодной воде (1:2), хорошо перемешать, добавить немного растительного масла. Побеги чеснока мелко нарезать.

Раскалить сковороду, влить растительное масло, дать последнему хорошо нагреться, опустить свинину соломкой и прожарить до образования золотистой корочки. Затем добавить подготовленную в отдельной посуде смесь из соевого соуса и вина, положить побеги чеснока, соль, глутаминат натрия, перемешать. Подать в тарелке.

Этим же способом готовятся «Свинина, жаренная соломкой с черемшой» (жоусы чао цинцзю) и «Свинина, жаренная с ростками гороха маш» (жоусы чао доуяцай).

Свинина, жаренная с чесноком и луком

(ЧЖА ПЭНЛИЦЗИ)

160 г свиной корейки, 15 г свиного жира, 12 г репчатого лука, 12 г чеснока, 10 г вина (или коньяка), 5 г соевого соуса, 20 г

крахмала, 1 г глутамината натрия, 5 г сахара, 3 г имбиря, 5 г уксуса, 1 г соли.

Свиную корейку снять с кости, зачистить от жира, нарезать ломтиками, смочить в крахмале с добавлением соевого соуса, обжарить во фритюре, откинуть и переложить на раскаленную сковороду с жиром, добавив шинкованный репчатый лук, чеснок, сахар, соль, уксус, вино, имбирь, глутаминат натрия и бульон. Дать прокипеть, перемешать несколько раз и переложить на десертную тарелку.

Свинина соломкой по-пекински

(ЦЗИНЦЗЯН БАЙЖОУСЫ)

250 г свинины, 50 г побегов чеснока, 40 г свиного жира, 10 г соевой пасты, 10 г соевого соуса, 5 г сахара, 10 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия.

Мякоть свинины опустить в кастрюлю с кипящей водой и проварить в течение 25 минут. Затем откинуть и остудить. Охлажденную мякоть свинины нарезать соломкой длиной 6 см, шириной 3 мм. Побеги чеснока нарезать дольками.

Сковороду с жиром разогреть, обжарить побеги чеснока, положить свинину соломкой, соевую пасту, вино, и, помешивая, добавить соевый соус, сахар, глутаминат натрия. Полученную массу тщательно перемешать.

Свинину можно нарезать ломтиками или кубиками, добавить болгарский перец, нарезанный соломкой или квадратиками. Так же готовятся блюда «Свинина ломтиками по-пекински» (цзинцзян байжоу пять) и «Свинина кубиками по-пекински» (цзинцзян байжоу дин).

Свинина фри ромбиками

(ЖУАНЬЧЖА ЖОУ ПЯНЬ)

150 г мякоти свинины или корейки, 500 г растительного масла (для фритюра), 5 г соли, 15 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 1 г перца хуацзё, 1 яйцо, 40 г муки.

Мякоть свинины нарезать полосками толщиной 6 мм, шириной 3 см, затем каждую полоску нарезать косо, то есть сверху вниз, слева направо, получатся ломтики ромбовидной

формы. Положить ромбики свинины в миску, добавить соль, вино, глутаминат натрия, перемешать и оставить на 15 минут. Взбить яйцо, добавить муку, хорошо перемешать, немного полить растительным маслом.

В сковороду влить масло, разогреть до температуры 13 ˚С. Каждый ромбик свинины быстро опустить в масло до образования хрустящей корочки золотистого цвета, откинуть и посыпать порошком душистого перца хуацзё, смешанного с солью.

Этим же способом готовятся «Курица фри кусочками» (жауаньчжа цзи) и «Креветки фри» (жуаньчжа дася).

Свинина фри ломтиками

(ЦЗЕЛЮ ЖОУПЯНЬ)

150 г свинины или корейки, 150 г репчатого лука, 25 г грибов муэр, 500 г растительного масла для фритюра (фактический расход 75 г), 20 г соевого соуса, 2 г глутамината натрия, 10 г вина (или коньяка), 5 г уксуса, 75 г крахмала, 5 г имбиря, 10 г чеснока, соль по вкусу.

Мякоть свинины нарезать ломтиками длиной 3 см, толщиной 3 мм. Положить в миску, добавить соль, глутаминат натрия, вино, крахмал, влить немного воды, хорошо перемешать, лук нарезать треугольными дольками, грибы муэр — ломтиками.

В отдельной миске приготовить смесь, состоящую из соевого соуса, соли, глутамината натрия, вина, уксуса, крахмала, разбавленного водой.

Сковороду с растительным маслом нагреть до появления дымка (то есть до температуры 170˚С), каждый ломтик свинины быстро опустить в раскаленное масло, обжарить до появления желтой, хрустящей корочки, откинуть, спить масло. На сковороде оставить немного масла, обжарить репчатый лук, грибы, имбирь, чеснок, добавить смесь из специй, подождать, пока не загустеет приготовленная масса и опустить в нее ломтики свинины. Хорошо перемешать.

Примечание. Смеси из специй с крахмалом должно быть немного, чтобы ломтики свинины были хрустящими. Если смеси много — ломтики свинины обмякнут, а если мало — не получится соуса.

Свинина ломтиками с томатным соусом

(ФАНЬЦЕ ЖОУПЯНЬ)

150 г свинины, 75 г огурцов, 50 г свиного жира, 50 г томатной пасты, 15 г сахара, 5 г соли, 5 г глутамината натрия, 1 белок, 15 г крахмала, 10 г репчатого лука, 5 г чеснока.

Мякоть свинины нарезать ломтиками длиной 3 см, положить в посуду, добавить смесь из белка и крахмала, разведенного водой; хорошо перемешать. Огурцы нарезать ромбиками, посолить.

Сковороду с жиром разогреть, положить свинину ломтиками, быстро перемешать, чтобы ломтики не склеились, добавить томатную пасту, обжарить, опустить мелко нарезанный лук и чеснок. При появлении аромата лука и чеснока добавить нарезанные огурцы, сахар, соль и глутаминат натрия, хорошо перемешать.

Этот же способ применяется для приготовления «Рыбы ломтиками с томатным соусом» (фаньце юй пянь) и «Курицы ломтиками с томатным соусом» (фаньце цзи пянь).

Свинина соломкой с остро-сладким соусом

(ЮЙСЯН ЖОУСЫ)

150 г свинины или корейки, 150 г ростков бамбука (свежих или консервированных), 15 г грибов муэр, 15 г соевого соуса, 20 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 50 г растительного масла, 10 г уксуса, 15 г сахара, 30 г крахмала, 15 г острой соевой пасты, 1 г репчатого лука, 2 г имбиря, 10 г чеснока соль по вкусу.

Мякоть свинины нарезать соломкой длиной 6 см, шириной 3 мм, положить в посуду, добавить крахмал, немного воды, хорошо перемешать. Ростки бамбука нарезать соломкой, посолить, грибы муэр размельчить, соевую пасту размять ножом.

Соевый соус, соль, уксус, сахар, вино, крахмал, глутаминат натрия смешать в посуде с мелко нашинкованными луком и чесноком, добавить немного воды (30–50 г).

Сковороду с растительным маслом нагреть, опустить свинину соломкой и, непрерывно перемешивая, хорошо прожарить. Добавить острую соевую пасту, ростки бамбука, грибы муэр и смесь из приправ. Вкус этого блюда кисло-сладко-острый.

Этим же способом готовят «Свинину ломтиками с остро-сладким соусом» (юйсян жоупянь) и «Почки свиные с остро-сладким соусом» (юйсян яопянь).

Жареная свинина с молодой кукурузой

(ЮЙМИ ЧЖУЖОУЛЯНЬ)

500 г свинины, 15 г соевого соуса, 15 г вина (или коньяка), 25 г крахмала, 25 г растительного масла, 5 г соли, 400 г отварной молодой кукурузы, 400 г грибов свежих, 100 г зеленого горошка, 30 г сахара.

Свинину нарезать тонкими ломтиками. В кастрюле смешать вино, соевый соус и 5 г крахмала. Смочить в этой массе свинину.

В сковороде нагреть растительное масло, обжарить на нем свинину до светло-коричневого цвета. Добавить зеленый горошек и, помешивая, жарить еще 1 минуту.

Затем положить молодую кукурузу и грибы, обжарить в течение 1 минуты, всыпать сахар. Оставшийся крахмал развести в 10 г воды, тонкой струйкой влить в кастрюлю с мясом. Варить, постоянно помешивая, до загустения.

Свинина, жаренная с вермишелью из гороха маш и грибами муэр

(ЧАО ЖОУПЯНЬ МУЭР ФЭНЬТЯО)

150 г свиной корейки, 30 г вермишели из гороха маш, 20 г грибов муэр, 20 г свиного жира, 10 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 1 г соли.

Свиную корейку нарезать ломтиками, положить на раскаленную сковороду с жиром, прожарить, затем положить подогретые в бульоне грибы муэр, вермишель из гороха маш, глутаминат натрия, впить немного бульона, соевый соус, дать закипеть, снять пену, полить салом, пережаренным с луком и перцем. Выложить блюдо на тарелку.

Свинина, жаренная с грибами муэр и ростками бамбука

(ЧАО ХУНЬСУ ЧЖУЖОУ)

150 г свиной корейки, 20 г ростков бамбука, 20 г грибов муэр, 12 г зеленого лука, 12 г чеснока, 10 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 20 г крахмала, 15 г свиного жира, 1 яйцо,

1 г соли.

Свиную корейку зачистить от лишнего жира, снять с кости, нарезать ломтиками, смочить в белке с крахмалом, обжарить во фритюре.

Зеленый лук нарезать шпалами (зеленый лук можно заменить репчатым), каждую дольку чеснока нашинковать в длину, ростки бамбука — тонкими ломтиками и положить на раскаленную сковороду с жиром, перемешать несколько раз, добавить грибы муэр, ранее прогретые в бульоне, глутаминат натрия, соевый соус, впить немного бульона, крахмал, разведенный водой. Дать прокипеть, а затем положить свиную корейку, тщательно перемешать.

Грудинка свиная жареная

(ЧЖАПЫН ЖОУДУАНЬ)

150 г свиной грудинки, 500 г растительного масла (для фритюра), 15 г кинзы, 15 г крахмала, 15 г соевого соуса, 10 г кунжутного масла, 20 г вина (или коньяка), 10 г уксуса, 10 г сахара.

Грудинку нарезать кусочками, посолить и хорошо перемешать с крахмалом. Лук нашинковать соломкой, кинзу измельчить. Соевый соус, имбирь, вино, сахар, уксус смешать с добавлением воды: (20 г).

В сковороду влить масло, нагреть до температуры 170° С, положить грудинку, хорошо обжарить во фритюре, не дать образоваться корочке, откинуть на дуршлаг. Слить большую часть масла и на оставшемся масле на сковороде обжарить лук, опустить грудинку, добавить соус из специй, обжарить на сильном огне, посыпать кинзой, влить кунжутное масло, перемешать и переложить в тарелку.

Свиная грудинка по рецепту СуДунпо

(ДУНПОЖОУ)

1,5 кг свиной грудинки, 10 г жасминного зеленого чая, 500 г куриного бульона, 150 г вина (или коньяка), 150 г соевого соуса, 100 г сахара, 25 г лука, 2 г имбиря, 1 г глутамината натрия.

В эпоху Сунской династии (960–979 *гг.* н. э.) жил знаменитый

поэт и литератор Суши, известный под псевдонимом Дунпо. Он был автором предлагаемого рецепта.

Грудинку нарезать квадратиками 6х6 см, со стороны кожи сделать надрезы крест-накрест, лук нашинковать крупными дольками. Зеленый чай заварить в стакане крутым кипятком, закрыть и дать хорошо настояться.

Грудинку положить в кастрюлю, налить 1,5 л воды, прокипятить, слить бульон, грудинку промыть в теплой воде.

Грудинку уложить в кастрюлю, кожицей вниз, добавить вино, соевый соус, сахар, глутаминат натрия, лук, имбирь, куриный бульон и чай, довести до кипения, снять пену и на слабом огне тушить в течение 1 часа в посуде с закрытой крышкой. После этого мясо перевернуть и вновь тушить 2 часа. Бульона должно немного остаться, лук из кастрюли выбрать.

Примечание: тушить только на слабом огне, чтобы бульон чуть-чуть кипел. Вина и соевого соуса можно добавить и больше, чем указано в рецептуре. Нельзя добавлять воду. Грудинка, приготовленная этим способом, сохраняет свою форму, отличается отменным вкусом, ароматом, тает во рту.

Свиная корейка ломтиками фри с чесноком и луком

(ЦУЛЮ ЖОУПЯНЬ)

150 г свиной корейки, 16 г репчатого лука, 20 г вина (или коньяка), 10 г чеснока, 10 г соевого соуса, 15 г свиного сала, 5 г глутамината натрия, 30 г крахмала, 5 г уксуса, 1 г перца хуацзё, 1 г соли.

Свиную корейку зачистить от жира, снять с кости, нарезать ломтиками, смочить в крахмале с добавлением соевого соуса, обжарить во фритюре, откинуть.

Далее переложить свиную корейку на раскаленную сковороду с жиром, влить немного бульона, вино, положить нашинкованный репчатый лук, измельченный чеснок, сахар, уксус, перец хуацзё, глутаминат натрия, несколько раз перемешать, струйкой влить крахмал, разведенный водой, и переложить на десертную тарелку.

Свиная корейка ароматичная

(КОУЖОУ)

500 г свиной корейки, 30 г растительного масла, 10 г вина (или коньяка), 75 г соевого соуса, репчатый лук, имбирь, бадьян, соль по вкусу.

Корейку проварить до полуготовности, облить соевым соусом и обжарить во фритюре до темно-красного цвета. Вынуть мясо, нарезать ломтиками, длиной 6 см, толщиной 2 мм, нашинковать лук соломкой. Корейку, нарезанную ломтиками, положить в четыре пиалы, посыпать луком, имбирем, бадьяном, вином, соевым соусом, сахаром, солью и влить в каждую пиалу по 50 г бульона. После чего поставить пиалы на паровое сито и варить на пару в течение 1 часа. При подаче пиалу с корейкой перевернуть быстрым движением на тарелку. В качестве гарнира можно подать зелень, вермишель из крахмала, листья капусты, ошпаренные в подсоленной воде.

Свиная корейка, жаренная в томате с зеленым горошком

(ФАНЬЦЕ ЧЖУЖОУЦЗЯ ВАНЬДОУ)

150 г свиной корейки, 30 г томатной пасты, 20 г зеленого горошка, 15 г свиного жира, 1 г глутамината натрия, 20 г крахмала, 5 г сахара, 1 г соли.

Свиную корейку снять с кости, зачистить от жира, нарезать ломтиками, смочить в смеси белка и крахмала, обжарить во фритюре до появления бледной корочки.

В небольшую кастрюлю положить томат (пасту), зеленый горошек, соль, глутаминат натрия, крахмал, сахар, влить немного бульона, хорошо перемешать и переложить на раскаленную сковороду с жиром, несколько раз перемешать, опустить туда свиную корейку.

Корейка фри кусочками

(ЖУАНЬЧЖА ЖОУКУАЙ)

150 г свиной корейки, 1 белок, 15 г свиного сала, 20 г крахмала, 10 г соевого соуса, 1 г перца хуацзё, 1 г соли.

Свиную корейку нарезать кусочками, смочить в смеси яйца, крахмала, соевого соуса, глутамината натрия, соли, обжарить во фритюре, откинуть и переложить на десертную тарелку, положив сбоку хуацзе-янь (перец, смешанный с солью).

Фрикадельки из свинины (фри)

(ЧЖАСЯО ВАНЬЦЗЫ)

150 г свинины, 20 г крахмала, 1 г глутамината натрия, 5 г соевого соуса, 10 г репчатого лука, 3 г имбиря, 15 г свиного жира, 1 г перца хуацзё, 1 г соли.

Сырую свинину или корейку пропустить через мясорубку вместе с нарезанным луком, добавить глутаминат натрия, крахмал, соль и имбирь. Хорошо перемешать, сформовать небольшие шарики, обжарить во фритюре, откинуть, переложив на десертную тарелку, положить сбоку хуацзеянь (перец, смешанный с солью).

Фрикадельки из свинины с чесноком и луком

(ЛЮ СЯОВАНЬЦЗЫ)

150 г свинины, 20 г крахмала, 1 г глутамината натрия, 5 г сахара, 16 г репчатого лука, 6 г чеснока, 15 г свиного жира, 5 г уксуса, 1 г соли.

Свинину или корейку снять с кости, зачистить от лишнего жира, провернуть через мясорубку, положить крахмал, соевый соус, хорошо перемешать. Из фарша сформовать, шарики, обжарить во фритюре до коричневой корочки, откинуть.

Фрикадельки переложить на раскаленную сковороду с небольшим количеством жира, добавив нашинкованный репчатый лук, измельченный чеснок, глутаминат натрия, сахар, уксус, немного бульона и дать прокипеть, снять пену, струйкой влить крахмал, разведенный водой до средней густоты, перемешать и уложить на десертную тарелку.

Фрикадельки в горшочке

(ШАГО ВАНЬЦЗЫ)

250 г свиного фарша, 500 г белокочанной капусты, 25 г вермишели из крахмала, 40 г соевого соуса, 2 г соли, 1 г глутамината натрия, 25 г крахмала, 20 г репчатого лука, 1 г имбиря, черный молотый перец по вкусу.

Капусту руками разорвать на кусочки. Вермишель из крахмала, замочить в теплой воде, нарезать ножницами на части.

Фарш поместить в посуду, добавить мелко нарезанный лук, имбирь, соль, глутаминат натрия, молотый перец, крахмал, хорошо перемешать.

Горшочек поставить на огонь, влить воду, опустить капусту, после закипания положить приготовленные заранее фрикадельки, вермишель, соль, глутаминат натрия. Варить до готовности на среднем огне.

Примечание. Свиной фарш можно заменить говяжьим или бараньим фаршем.

Фрикадельки с клейким рисом паровые

(НОМИ ЧЖЭНЬЧЖУ ВАНЬЦЗЫ)

250 г свиного фарша, 250 г клейкого риса, 25 г крахмала, 1 яйцо, 20 г соевого соуса, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, 15 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 15 г кунжутного масла, 1 г молотого перца.

Клейкий рис промыть в холодной воде и замочить в теплой воде на 3 часа. Когда рис хорошо пропитается водой, выловить его шумовкой и ровным слоем разложить на тарелке.

Свиной фарш положить в миску, добавить смесь, состоящую из крахмала и яйца, соевого соуса, если, глутамината натрия, вина, мелко нашинкованного лука, имбиря, кунжутного масла, молотого перца. Хорошо перемешать по часовой стрелке и сделать фрикадельки величиной с вишню. Каждую фрикадельку обкатать в рисе и красиво уложить на тарелку. Фрикадельки поместить вместе с тарелкой в пароварку, варить в течение 20 минут.

Фрикадельки фри

(ЧЖЭНЬЧЖУ ВАНЬЦЗЫ)

250 г свиного фарша, 250 г протертого хлеба, 25 г крахмала, 1 яйцо, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, 15 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г имбиря (порошок), 500 г растительного масла для фритюра (75 г фактический расход), 1 г молотого перца.

Со свежего хлеба срезать корочку, мякоть растереть, выложить на тарелку.

Фарш положить в миску, добавить крахмал, яйцо и все специи, хорошо перемешать по часовой стрелке. Сделать фрикадельки, обвалять их в протертом хлебе, а затем сложить в тарелку.

Растительное масло вылить в сковороду, нагреть до температуры 170°С, опускать фрикадельки по одной и жарить до образования золотистой корочки.

Фрикадельки фри в кунжуте

(МАЖЭНЬ ВАНЬЦЗЫ)

250 г свиного фарша, 50 г семян кунжута, 25 г крахмала, 1 яйцо, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, 15 вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 500 г растительного масла, для фритюра (50 г фактический расход), 1 г молотого перца.

Фарш положить в посуду, добавить измельченный репчатый лук, крахмал, яйцо и все специи (соль, глутаминат натрия, имбирь, молотый перец, вино), перемешать по часовой стрелке, сформовать фрикадельки величиной с вишню.

Семена кунжута высыпать в тарелку и каждую фрикадельку обвалять в кунжуте.

Масло влить в сковороду, нагреть до температуры 170°С, быстро по одной фрикадельке опустить во фритюр и обжарить до желто-коричневого цвета.

Этим же способом можно приготовить «Фрикадельки в миндале Фри» (синжэнь ваньцзы). Миндаль размельчить ножом.

Фрикадельки паровые с зеленым горошком

(ЦИНЧЖЭН ВАНЬЦЗЫ)

250 г свиного фарша, 750 г зеленого горошка, 1 шт. моркови, 1 яйцо, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, 20 г вина (или коньяка), 5-г крахмала, 5 г репчатого лука, 1 г имбиря, черный молотый перец по вкусу.

Морковь нарезать кубиками величиной с горошек, ошпарить крутым кипятком.

В фарш вбить яйцо, добавить мелко нарубленный лук, соль,

вино, имбирь, черный молотый перец, глутаминат натрия, положить морковь, зеленый горошек, перемешать. Из фарша сделать фрикадельки величиной с грецкий орех. Уложить в тарелку по кругу и поставить в пароварку на 15 минут (варить на сильном огне).

Колобок фри в бульоне

(ШАГО ШИЦЗЫТОУ)

250 г свиного фарша, 30 г сушеных креветок (лучше свежемороженные), 4 кочана салатной капусты, 40 г крахмала, 2 яйца, 25 г соевого соуса, 3 г соли, 1 г глутамината натрия, 25 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 5 г имбиря (порошок), 15 г кунжутного масла, 500 г растительного масла (для фритюра).

Капустный салат промыть, удалить корень, разрезать пополам. Яйцо и 20 г крахмала перемешать в миске до получения однородной массы.

Фарш положить в миску, добавить крахмал, соевый соус, соль, вино, муку, имбирь, кунжутное масло и хорошо перемешать по часовой стрелке. Полученный фарш со специями разделить на 4 части и скатать 4 колобка (4 крупных фрикадельки).

Растительное масло влить в сковороду, нагреть до температуры 170–20 °С. Колобки обмакнуть в смеси белка и крахмала, опустить во фритюр, жарить до появления темно-золотистой корочки. Колобки уложить в кастрюлю, добавить мелко нарезанные креветки, соевый соус, соль, глутаминат натрия, влить воды так, чтобы она закрыла колобки, довести до кипения и варить на очень слабом огне в течение 2 часов.

Перед подачей блюда положить на колобки салатную капусту, ошпаренную кипятком.

Колобок паровой

(СЫСИ ВАНЬЦЗЫ)

250 г свиного фарша, 1 шт. моркови, 50 г зеленого горошка, 40 г крахмала, 2 яйца, 25 г соевого соуса, 3 г соли, 1 г глутамината натрия, 25 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 500 г растительного масла (для фритюра), молотый перец по вкусу.

Морковь вымыть, очистить, нарезать мелкими кубиками, смешать с консервированным зеленым горошком.

Отдельно в миску разбить 1 яйцо, добавить 20 г крахмала, хорошо перемешать до получения однородной массы.

Фарш поместить в другую посуду, добавить крахмал, 1 яйцо, соевый соус, соль, вино, мелко нашинкованный лук, имбирь, молотый перец, морковь, зеленый горошек, хорошо перемешать по часовой стрелке.

Растительное масло влить в сковороду, нагреть до температуры 17 °С. Из фарша сформовать 4 колобка, хорошо смочить в смеси яйца с крахмалом и жарить во фритюре до образования темно-золотистой корочки. Колобки положить в большую посуду, добавить немного воды, соевый соус, глутаминат натрия и чуть посолить, влить немного вина. Поставить миску в пароварку и варить до готовности на пару.

Свиные ребрышки кисло-сладкие

(ТАНЦУ ПАЙГУ)

500 г свиных ребрышек, 500 г растительного масла (для фритюра), 100 г фактического расхода, 15 г соевого соуса, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, 10 г вина (или коньяка), 50 г сахара, 15 г уксуса, 15 г репчатого лука, 5 г имбиря, 60 г крахмала, молотый перец по вкусу.

Ребрышки нарубить кусочками длиной 3 см, положить в посуду, добавить 10 г соевого соуса, соль, глутаминат натрия, немного вина, молотый перец, 50 г крахмала, перемешать и замариновать на 30 минут.

В отдельную миску положить оставшийся соевый соус, соль, глутаминат натрия, вино, крахмал, воду (60 г), сахар, уксус, молотый перец. Полученную смесь тщательно перемешать.

Влить масло в сковороду, нагреть до температуры 170°С, быстро по одному кусочку опустить ребрышки и жарить во фритюре до готовности. Ребрышки откинуть, масло слить, оставив немного в сковороде, влить смесь специй. Когда смесь загустеет, опустить ребрышки, перемешать. Подать в глубокой тарелке.

Свиные ребрышки тушеные

(ЦИНДУНЬ ПАЙГУ)

500 г свиных ребрышек, 250 г белой редьки, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, 15 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 10 горошин перца хуацзё, 0,5 г молотого перца.

Ребрышки нарубить кусочками длиной 3 см, редьку нарезать ломтиками длиной 3 см, шириной 1,5 см, толщиной 3 мм. Лук нарезать дольками.

Ребрышки положить в алюминиевую кастрюлю, напить 1 л воды, довести до кипения, снять пену и оставить на слабом огне, чтобы вода слегка кипела. Добавить в кастрюлю лук, имбирь, соль, вино, перец хуацзё, молотый перец. Кастрюлю закрыть крышкой, томить продукты 1,5 часа. Редьку ошпарить крутым кипятком, положить в кастрюлю с ребрышками, тушить еще 30 минут. При подаче посыпать глутаминатом натрия.

Свиные ребрышки паровые с рисовой сечкой

(МИФЭНЬ ЧЖЕН ПАЙГУ)

500 г свиных ребрышек, 100 г рисовой сечки, 100 г соевой пасты, 15 г соевого соуса, 3 г соли, 15 г вина (или коньяка), 10 г сахара, 15 г репчатого лука, 2 г имбиря, 15 г кунжутного масла, 0,5 г черного молотого перца, 1 г порошка пяти специй.

Ребрышки нарубить кусочками длиной 3 см, уложить в миску, добавить 50 г воды, замариновать на 2 часа в смеси, состоящей из соевой пасты, соевого соуса, соли, вина, сахара, мелко нарубленного лука, имбиря, кунжутного масла, черного молотого перца.

Рисовую сечку замочить в теплой воде на 1 час, отцедить воду и раскатать скалкой. Высыпать на сковороду, добавить порошок пяти специй, прожарить до коричневатого цвета.

Рисовую сечку высыпать в посуду с ребрышками, хорошо перемешать и переложить в 2 пиалы или глубокие тарелки, поставить в пароварку. Варить на пару в течение 2 часов.

Ребрышки можно заменить свиной грудинкой, то есть приготовить блюдо «Свиная грудинка паровая с рисовой сечкой» (мифэнь чжэн жоу).

Свиные ребрышки паровые с острой приправой

(ЛАЦЗЯН ЧЖЭНПАЙГУ)

500 г свиных ребрышек, 100 г рисовой сечки, 15 г острой соевой пасты, 40 г растительного масла, 10 г соевого соуса, 2 г соли, 2 г глутамината натрия, 15 г вина (или коньяка), 10 г сахара, 15 г репчатого лука, 5 г имбиря (порошок).

Ребрышки нарубить кусочками длиной 3 см.

Сковороду поставить на огонь, влить растительное масло, соевую пасту, прожарить. Когда масло окрасится в красный цвет, добавить лук, имбирь, слегка обжарить, положить все специи, то есть соевый соус, соль, глутаминат натрия, вино, сахар и 75 г кипяченой воды, довести до кипения, перемешать, снять с огня и остудить.

В полученный соус опустить ребрышки и замариновать на 2 часа.

Рисовая сечка готовится, как описано в предыдущей рецептуре. Высыпать ее в миску с ребрышками, перемешать и переложить в пиалы, затем поставить в пароварку. Варить на пару в течение 2 часов.

Ребрышки можно заменить грудинкой. Блюдо будет называться «Свиная грудинка паровая с острой приправой» (лацзян чжэн жоу).

Свиные ребрышки паровые с соевыми бобами

(ДОУЧИ ЧЖЭН ПАЙГУ)

500 г свиных ребрышек, 300 г соевых бобов, 50 г крахмала, 25 г соевого соуса, 5 г соли, 2 г глутамината натрия, 15 г вина (или коньяка), 10 г сахара, 15 г репчатого лука, 2 г имбиря (порошок), 1 г черного молотого перца.

Свиные ребрышки нарубить кусочками длиной 3 см. Замариновать на 2 часа в смеси, состоящей из соевого соуса, соли, глутамината натрия, вина, сахара, мелко нашинкованного репчатого лука, имбиря, молотого перца и 50 г воды.

Соевые бобы замочить теплой водой на сутки (надо взять 75 г сухих бобов, чтобы получить 300 г размоченных бобов).

Крахмал развести в холодной воде, дать отстояться и слить воду, после чего выложить его в посуду с ребрышками, тщательно перемешать.

Размоченные соевые бобы соединить с маринованными ребрышками, перемешать, разложить в пиалы и варить в пароварке в течение 2 часов.

Свиные ребрышки в сахарной пудре

(ГУАШУАН ПАЙГУ)

250 г свиных ребрышек, 500 г свиного жира (для фритюра), 2 яйца, 100 г крахмала, 150 г сахара.

Ребрышки порубить кусочками длиной 2 см. Взбить яйцо с крахмалом. Сковороду поставить на огонь, влить свиной жир, положить свиные ребрышки и жарить до золотистого цвета, откинуть на дуршлаг, остудить. Отдельно в сковороду влить воду, добавить сахар, растворить его, влага начнет выпариваться, а сахар — превращаться в зернистую массу. В это время положить туда ребрышки, хорошо перемешать, положить на тарелку и посыпать сахарной пудрой.

Свиные ножки тушеные

(ХУНШАО ЧЖУТИ)

4 шт. свиных ножек, 4 небольших ломтика жирной свинины, 50 г соевого соуса, 25 г вина (или коньяка), 15 г сахара, 1 долька чеснока (по желанию), 2 г гвоздики, 2 горошины черного перца, 1 г имбиря.

Свиные ножки хорошо почистить, разрубить продольно пополам. Проварить в течение 5 минут, промокнуть салфеткой. Проложить между половинками ножек по одному ломтику свинины и туго перевязать.

В горячую воду (1л) влить соевый соус, вино, добавить измельченный чеснок, перец, имбирь, опустить туда свиные ножки, довести до кипения, затем убавить огонь и варить при плотно закрытой крышке на слабом огне около 5 часов.

Свиные ножки кисло-сладкие

(ТАНЦУ ЧЖУТИ)

4–6 шт. свиных ножек, соевый соус, растительное масло, 50 г уксуса, 50 г сахара, 2 г имбиря, 4 горошины черного перца, 1 долька чеснока.

Ножки хорошо очистить, 5 минут проварить в кипятке,

промокнуть салфеткой, разрубить на 6–8 кусочков, натереть соевым соусом. Обжарить ножки в небольшом количестве масла на слабом огне.

В уксус добавить воду, сахар, имбирь, горошины перца и чеснок. Довести до кипения. Положить туда свиные ножки, залить водой (200 г), чтобы вода их закрыла. На сильном огне быстро довести до кипения. Убавить огонь, плотно закрыть кастрюлю крышкой и тушить на слабом огне около 3 часов. Ножки должны быть очень мягкими, бульон — коричнево-красным и густым.

Помидоры фаршированные

(ФАНЬ ЦЕСАЙЖОУ)

200 г помидоров, 60 г свинины, 60 г говядины, 30 г зеленого горошка, 10 г соевого соуса, 15 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 20 г свиного жира, 5 г соли, 10 г крахмала.

Свинину и говядину пропустить через мясорубку, добавить соевый соус, вино, соль, глутаминат натрия, хорошо перемешать.

У помидоров срезать верхнюю часть, удалить семена, заполнить фаршем, закрыть срезанной частью, смочив ее в крахмале, разведенном водой.

Фаршированные помидоры положить на сковороду, влить бульон, добавить соевый соус, глутаминат натрия, вино, соль и зеленый горошек, затем накрыть крышкой и тушить.

Помидоры положить на тарелку с горошком и полить жидкостью, в которой они тушились.

Огурцы фаршированные

(ЖАН ХУАНГУА)

500 г огурцов, 250 г свиного фарша, 20 г соевого соуса, 1 г соли, 1 г глутамината натрия, 1 яйцо, 35 г растительного масла, 10 г репчатого лука, 1 г имбиря (порошок).

Огурцы промыть, нарезать кружками толщиной 2–3 см, вырезать середину (но не до конца), положить в миску и немного посолить.

Фарш положить в посуду, добавить соевый соус, соль, глутаминат натрия, мелко нарезанный лук, имбирь, яйцо и хорошо перемешать.

Полученный фарш, ложечкой положить в выемку на каждый кружок огурца.

Сковороду с маслом нагреть, положить фаршированные огурцы и на среднем огне обжарить, затем влить 50 г воды, через 2–3 минуты блюдо готово.

Грибы сянгу фаршированные

(ГОТА СЯНГУХЭ)

50 г свинины, 60 г грибов сянгу, 1 яйцо, 15 г свиного сала, 1 г глутамината натрия, 10 г соевого соуса, 10 г муки, 1 г имбиря, 20 г вина (или коньяка), 1 г соли, 15 г репчатого лука.

Сырую свинину или корейку снять с кости, зачистить от лишнего жира, пропустить через мясорубку, вбить яйцо, положить имбирь и нашинкованный репчатый лук, вино, глутаминат натрия, соль, кунжутное масло и хорошо размешать по часовой стрелке.

Замоченные грибы сянгу отобрать одинакового размера, отжать от воды. На один гриб положить приготовленный фарш и накрыть другим грибом, после чего обвалять в муке, смочить в яйце и обжарить с двух сторон на раскаленной сковороде с небольшим количеством жира.

В раскаленную сковороду с небольшим количеством бульона положить фаршированные грибы, добавить глутаминат натрия и держать на огне до тех пор, пока жидкость не испарится.

Блинчики фаршированные

(ЧЖА ЧУНЬДУАНЬ)

42 г свиной корейки, 15 г трепангов, 15 г грибов сянгу, 10 ростков бамбука, 2 яйца, 10 г репчатого лука, 25 г свежей капусты, 15 г моркови, 15 г свиного жира, 1 г глутамината натрия, 1 г имбиря, 10 г соевого соуса, 10 г кунжутного масла, 10 г крахмала, 1 г соли.

Вареную свинину, трепанги, грибы сянгу, ростки бамбука, свежую капусту, морковь нарезать соломкой, ошпарить до полуготовности в кипятке, откинуть на дуршлаг. Когда стечет вода, положить в миску, добавить глутаминат натрия, соль, имбирь, репчатый лук, влить соевый соус, кунжутное масло,

хорошо все перемешать, дать постоять минут 20. Далее эту массу разложить на несколько блинчиков из яиц, края которых смазать смесью яйца и крахмала, свернуть в виде трубочки, обжарить во фритюре. Каждую трубочку разрезать на 2–3 части.

Голубцы с томатным соусом

(ЦЕЧЖИ ЦАЙЦЗЮАНЬ)

250 г свиного фарша, небольшой кочан капусты, 1 шт. моркови, 1 яйцо, 15 г соевого соуса, 2 г соли, 1 г глутамината натрия, 50 г томатной пасты, 25 г сахара, 10 г крахмала, 25 г растительного масла, 15 г репчатого лука, 2 г имбиря.

Листья капусты и морковь, нарезанную кубиками, ошпарить крутым кипятком.

Фарш положить в миску, добавить яйцо, соевый соус, соль, глутаминат натрия, лук, имбирь, морковь, крахмал, тщательно перемешать. Капусту хорошо отжать, положить на листья фарш, скатать в виде трубочки и разрезать на дольки длиной 4 см, аккуратно сложить в кастрюлю.

На сковороду с растительным маслом положить томатную пасту, прожарить, влить 200 г воды, вскипятить, добавить соль, глутаминат натрия, имбирь, сахар, соевый соус. Залить этим соусом голубцы, поставить на огонь, довести до кипения, убавить огонь и томить в течение 15 минут.

Голубцы слоеные

(ГОТА ЦАЙХЭ)

150 г свиного фарша, 300 г белокочанной капусты, 10 г соевого соуса, 2 г соли, 1 г глутамината натрия, 10 г репчатого лука, 1 г имбиря, 3 яйца, 50 г растительного масла, 50 г муки.

Листья капусты ошпарить кипятком, удалить толстую часть. Яйца хорошо перемешать с мукой.

Фарш положить в миску, добавить соевый соус, соль, глутаминат натрия, мелко нарезанный лук, имбирь, хорошо перемешать по часовой стрелке. С каждого листа капусты срезать края, чтобы получился большой квадрат или прямоугольник. На каждый лист тонким слоем положить фарш и сложить листы капусты один на другой. Самый верхний оставить без фарша.

Полученный слоеный квадрат разрезать на маленькие квадратики размером 2х2 см.

Сковороду с маслом нагреть до температуры 90-10 °С. Каждый квадратик обильно смочить в смеси яйца и муки, обжарить с обеих сторон до образования золотистой корочки. Затем посолить, добавить немного глутамината натрия и воды, закрыть крышкой и томить в течение 10 минут до полного выкипания жидкости.

Баклажаны, жаренные со свининой

(ШАО ЦЕНЗЫ ЧЖУЖОУПЯНЬ)

120 г баклажанов, 90 г свинины, 15 г свиного жира, 10 г соевого соуса, 10 г глутамината натрия, 10 г крахмала, 3 г имбиря, 1 г соли.

Баклажаны очистить, промыть, нарезать ломтиками, замочить на 10–15 минут в холодной воде, немного посолить, откинуть на дуршлаг, обжарить во фритюре. Свиную корейку нарезать ломтиками, смочить в крахмале и также обжарить во фритюре. Чеснок очистить и нашинковать каждую дольку в длину, зеленый лук нарезать шпалами длиной 2–3 см.

Баклажаны вторично слегка обжарить во фритюре. На раскаленную сковороду с жиром положить чеснок, лук, влить соевый соус, немного бульона, положить свиную корейку, глутаминат натрия, соль, крахмал, баклажаны, несколько раз хорошо перемешать и переложить на десертную тарелку.

Рагу пикантное с миндалем

(СИНЖЭНЬ ЖОУСЫ)

250 г зеленой фасоли, 2 гриба (по времени года), 150 г свиного филе, 15 г соевого соуса, 5 г крахмала, 2 г сахара, 70 г растительного масла, 50 г миндаля, 1 г имбиря или чеснока, черный молотый перец по вкусу.

Фасоль очистить, промыть, разрезать пополам, а грибы — тонкими ломтиками. Свинину нарезать тонкой соломкой длиной 2–3 см, положить в миску, добавить соевый соус, крахмал, сахар, 10 г масла. Миндаль ошпарить и очистить.

На сковороде нагреть масло, поджарить на нем миндаль до

коричневого цвета, чтобы он стал хрустящим, затем его выложить, дать маслу стечь и поставить в теплое место. Далее обжарить имбирь или чеснок, грибы, фасоль в течение 1–2 минут, влить в сковороду полстакана кипящей воды, накрыть крышкой и тушить на слабом огне 15 минут. Посыпать перцем, перемешать с миндалем. Блюдо подавать в горячем виде.

Жаркое из свинины

(ЧАО ЖОУДИН)

500 г постной свинины, 20 г сахара, 25 г соевого соуса, соль, перец, бадьян, корица или порошок имбиря, вино (по желанию), 30 г масла.

Нарезать мясо большим куском, хорошо натереть смесью, состоящей из соевого соуса, соли, перца, сахара, бадьяна, корицы, вина, и мариновать около 1 часа.

Поместить мясо в духовку на 30 минут, затем нарезать его тонкими ломтиками, полить натуральным соком.

Свинина, жаренная с подливой

(ХУАЛЮ ЖОУПЯНЬ)

125 г свинины, 40 г растительного масла, белок, 20 г крахмала, 10 г вина (или коньяка), 2 г соли, 15 г репчатого лука, 15 г стеблей чеснока, 1 г имбиря.

Мякоть свинины нарезать ломтиками, добавить белок с крахмалом, хорошо перемешать. В отдельную посуду положить крахмал, стебли чеснока, имбирь, соль, репчатый лук, впить вино и 25 г воды, тщательно перемешать.

Ломтики свинины обжарить на сковороде с маслом, впить смесь со специями, при загустении переложить на тарелку.

Корейка тушеная

(КАО ТУНШИ)

500 г свиной корейки, 100 г репчатого лука, 100 г сельдерея, 200 г моркови, 100 г растительного масла, 120 г соевого соуса,

15 г сахара, 1 г имбиря.

Корейку вдоль разрезать на четыре части, замариновать с луком, имбирем и соевым соусом.

Обжарить в масле, пока не зарумянится, добавить 300 г воды, соевый соус, муку, кусочки моркови, сахар, нарезать дольками сельдерей без листьев и томить до готовности. Выложить, нарезать поперек, толщиной 3 мм и уложить веерообразно на тарелку, полить оставшейся жидкостью.

Свиная грудинка и солонина, вареные в горшочке

(ДУНЬ ЯНЬСЯНЬЖОУ)

250 г свиной грудинки, 250 г солонины, 150 г ростков бамбука, 25 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, 20 г репчатого лука.

Грудинку и солонину отварить, нарезать кусочками 2х2 см. Ростки бамбука нарезать кусочками. В горшочек налить 750-1000 г воды, положить свинину и солонину, добавить специи (вино, имбирь, лук) и на сильном огне варить до полуготовности, затем опустить ростки бамбука. Готовое блюдо переложить на тарелку.

Свинина, тушенная с южным соусом

(НАНЫПАО ЖОУДИН)

250 г свинины, 25 г ростков бамбука, грибов шампиньонов, стручковой фасоли (можно консервированные), 30 г растительного масла, 10 г сахара, 1,5 г соли, 25 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 10 г лука и чеснока, 1 г имбиря.

Свинину нарезать кубиками 1х1х1 см, замариновать в соли, глутаминате натрия, яйце, и крахмале. Грибы и ростки бамбука также нарезать кубиками. Лук и чеснок — соломкой. Соус приготовить следующим образом: 100 г бульона, в него добавить сахар, соевый соус, вино, имбирь, крахмал, перемешать в миске.

В сковороду влить масло, нагреть, прожарить кубики свинины, откинуть на дуршлаг. Далее обжарить лук и чеснок, положить ростки бамбука, грибы, фасоль и свинину. Влить соус, перемешать и переложить на тарелку.

Свинина, тушенная с луком

(ЦУНШАО ЖОУДУАНЬ)

150 г свиной грудинки, 50 г репчатого лука, 20 г крахмала, 1 г имбиря, 50 г зеленого горошка, 30 г растительного масла, 15 г соевого соуса, 2 г соли, 25 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия.

Свиную грудинку нарезать кусочками, посолить, добавить крахмал и перемешать. Лук крупно нарезать. Соус приготовить из бульона (80 г), соевого соуса, вина, глутамината натрия, крахмала, хорошо перемешать в миске.

Сковороду с маслом нагреть, опустить свинину и хорошо прожарить, непрерывно помешивая, откинуть на дуршлаг. На сковороде обжарить лук, добавить имбирь, зеленый горошек и свинину, затем влить соус и перемешать.

Свинина, тушенная с морской капустой

(ЖОУПЯНЬ МЭНЬ ХАЙДАЙ)

100 г свинины, 100 г морской капусты (свежей или сушеной), 10 г соевого соуса, 30 г свиного жира, 120 г кунжутного масла, 20 г вина (или коньяка), 20 г крахмала, 25 г репчатого лука, 1 г глутамината натрия.

Мякоть свинины нарезать ломтиками, морскую капусту — квадратиками, а лук — соломкой.

Обжарить свинину на сковороде с жиром, положить лук, морскую капусту, соевый соус, вино, влить 50 г бульона. Дать бульону закипеть, влить крахмал, разведенный водой, добавить кунжутное масло и глутаминат натрия.

Соевый творог, жаренный со свининой

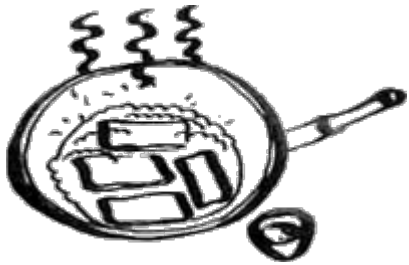
(ЧАО ЧЖУЖОУПЯНЬ УСЯНГАНЬ)

100 г соевого творога, 100 г свинины, 10 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 0,5 г глутамината натрия, 20 г свиного жира, 1 г соли.

Мякоть свинины или корейки нарезать ломтиками, смочить в белке с крахмалом, обжарить во фритюре, откинуть и положить на раскаленную сковороду с жиром, добавить соевый творог, предварительно нарезав его тонкими полосками и прожарив в

небольшом количестве жира, влить соевый соус, глутаминат натрия, соль, немного бульона, перемешать несколько раз и, переложив на тарелку, полить кунжутным маслом.

Блюда из говядины



Говядина ломтиками с луком

(ЦУНБАО НЮЖОУ)

500 г говядины, 350 г репчатого лука, 500 г растительного масла, 15 г кунжутного масла, 50 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 5 г сахара, 0,5 г черного молотого перца, 1 г имбиря, 10 г уксуса.

Говядину нарезать ломтиками, лук — дольками.

Говядину ломтиками замариновать в вине, соевом соусе, добавив туда черный молотый перец, глутаминат натрия, сахар, имбирь и кунжутное масло. Хорошо перемешать.

В сковороду влить растительное масло, раскалить, опустить мясо и лук и, непрерывно помешивая, обжарить до тех пор, пока мясо не изменит цвет, влить уксус и переложить в тарелку.

Говядина с перцем

(ЛАЦЗЫ НЮЖОУ)

1 кг говядины, 250 г моркови, 250 г редьки, 50 г соевой пасты (острой), 35 г соевого соуса, 25 г соли, 15 г вина (или коньяка), 15 г сахара, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 50 г растительного масла.

Мякоть говядины нарезать кусочками размером 2х2 см, соевую пасту (острую) размять, морковь и редьку очистить и нарезать ромбиками.

Сковороду с маслом (20 г) нагреть, обжарить пасту, добавить репчатый лук, имбирь, соевый соус, соль, вино, сахар, прожарить, снять с огня.

Говядину залить водой в количестве 1:2, вскипятить в кастрюле, снять пену, выложить и промыть теплой водой. Бульон процедить и опустить в него промытые кубики говядины, добавить прожаренные специи, вскипятить, закрыть крышкой и варить на слабом огне 2,5 часа, положить морковь и редьку и варить еще полчаса.

Говядина в томатном соусе

(ЦЭЧЖИША НЮЖОУ)

1 кг говядины, 100 г томатной пасты, 15 г соевого соуса, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, 25 г вина (или коньяка), 25 г сахара, 25 г репчатого лука, 1 г имбиря, 75 г растительного масла, черный молотый перец по вкусу.

Мякоть говядины нарезать кубиками размером 2х2 см, положить в кастрюлю, добавить 2 л воды, вскипятить, снять пену, вынуть мясо и промыть теплой водой, бульон процедить. Вновь положить мясо в бульон, добавить репчатый лук, имбирь, соевый соус, соль, сахар, молотый перец. Поставить на огонь, вскипятить и на слабом огне варить в течение 3 часов.

Сковороду с маслом поставить на огонь, добавить томатную пасту и прожарить, масло при этом приобретет красный цвет. После чего впить смесь в кастрюлю с говядиной и варить 2–3 часа, добавив глутаминат натрия.

Примечание. Говядину можно заменить бараниной.

Говядина соломкой жаренная

(ЧАНЬЧАО НЮЖОУ)

250 г говядины, 100 г сельдерея, 15 г растительного масла, 10 г соевого соуса, 10 г соевой пасты, 15 г вина (или коньяка), 1 г соли, 1 г глутамината натрия, 1 г имбиря, 1 г перца хуацзё (порошок).

Мякоть говядины нарезать соломкой. Сельдерей без листьев нарезать дольками длиной 4 см.

Разогреть сковороду, влить масло, сильно нагреть, положить говядину соломкой, быстро помешивать. Влить вино, когда соломка зарумянится, добавить соевую пасту, имбирь, соль, сельдерей, соевый соус, глутаминат натрия, хорошо перемешать

и, переложив в тарелку, посыпать сверху порошком из перца хуацзё.

Говядина, жаренная соломкой с цитрусовой цедрой

(ЧЭНЬПИ НЮЖОУСЫ)

500 г говядины (мякоть от задней ноги), 5 г мандариновой или апельсиновой цедры, 1 шт. красного стручкового перца, 500 г растительного масла (для фритюра), 20 г вина (или коньяка), 5 г соли, 15 г сахара, 15 г кунжутного масла, 1 г глутамината натрия, 1 г имбиря (порошок).

Говядину нарезать очень тонкой соломкой. Снять кожицу с мандарина или апельсина и оставить только цедру. Цедру нарезать соломкой. Перец очистить, промыть, удалить плодоножку и семена, тоже нарезать соломкой.

Говядину соломкой обжарить во фритюре до темно-красного цвета, откинуть на дуршлаг, дать стечь маслу.

В сковороде с небольшим количеством масла обжарить перец, добавить имбирь, бульон, вино, соль, сахар, глутаминат натрия, довести на сильном огне до кипения, снять пену, опустить говяжью соломку и цедру, тушить на слабом огне 40 минут. Далее выпарить бульон на сильном огне, полить кунжутным маслом.

Вырезка фри кусочками

(ЖУАНЬ ЧЖАЛЮ ЛИЦЗИ)

120 г говядины, 15 г свиного сала, 1 яйцо, 20 г крахмала, 1 г глутамината натрия, 1 г имбиря, 1 г перца хуацзё, соль по вкусу.

Сырую говяжью вырезку нарезать кусочками, замариновать в глутаминате натрия и соли (15 минут), далее смочить в яйце с крахмалом, обжарить во фритюре и, переложив на тарелку, посыпать на край ее хуацзеянь (перец хуацзё, смешанный с солью).

Говяжье колено тушеное

(ВЭЙ НЮЖОУ)

250 г говядины, 100 г сахара, 500 г соевого соуса, 100 г вина, 10 г корицы, 10 г бадьяна, 3 г имбиря, 50 г репчатого лука, 100 г растительного масла.

Говяжью коленку промыть, удалить кость, нарезать кусочками 3х3 см. Репчатый лук нарезать крупно.

Говяжью коленку кусочками обжарить во фритюре. Положить в кастрюлю, налить воды и прокипятить, слить воду, промыть, снова залить водой так, чтобы она закрыла мясо, добавить лук, имбирь, корицу, бадьян, сахар, соевый соус, вино, Закрыть крышкой, прокипятить на сильном огне и томить на слабом огне в течение 5 часов.

Вырезка, жаренная с грибами сянгу, ростками

бамбука и цветами хуанхуа

(ЧАО НЮЖОУСЯ СЯНГУСЫ ХУАНХУА)

120 г говядины, 30 г грибов сянгу, 30 г ростков бамбука, 30 г цветов хуанхуа, 15 г свиного сала, 5 г кунжутного масла, 12 г зеленого лука, 10 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 1 г имбиря, 15 г чеснока, 1 г соли.

Сырую говяжью вырезку нарезать соломкой и положить на сильно разогретую сковороду с жиром, несколько раз перемешать, добавить грибы сянгу, цветы хуанхуа, ростки бамбука, нарезанные соломкой, шинкованные в длину дольки чеснока, зеленый лук, глутаминат натрия, соевый соус, влить немного бульона, повторить помешивание и, переложив на тарелку, полить кунжутным маслом.

Говядина маринованная, ароматичная

(У СЯНИЗЯН НЮЖОУ)

1 кг говядины, 80 г соли, 100 г соевого соуса, 50 г сахара, 60 г сельдерея, 10 г бадьяна и корицы, 10 порошка пяти специй.

Говядину хорошо натереть солью и держать в посуде в течение суток. После чего промыть холодной водой и прокипятить несколько минут.

Нарезать большими кусочками.

В кастрюлю влить 2 л воды, положить кусочки говядины,

добавить соевый соус, сахар и связанный в пучок сельдерей, а также мешочек с бадьяном, корицей, имбирем и порошком пяти специй. При закипании снять пену, варить до полной готовности. Через 30 минут после закипания сельдерей вынуть из кастрюли.

Говядина брусочками тушеная

(ПАНЮЖОУТЯО)

400 г говядины, 50 г соевого соуса, 25 г вина (или коньяка), 15 г сахара, бадьян, лук, стебли чеснока, глутаминат натрия, крахмал по вкусу.

Мякоть говядины целиком опустить в воду и варить до готовности, охладить и нарезать брусочками.

В сковороде с небольшим количеством жира обжарить репчатый лук, бадьян, добавить соевый соус, глутаминат натрия, сахар, вино, бульон. На дно кастрюли положить мясо, влить приготовленную смесь и на слабом огне тушить до полного испарения жидкости. Переложить в тарелку, стебли чеснока обжарить в кунжутном масле и сверху положить на мясо.

Мясо тушеное по-китайски

(ДУНЬ НЮЖОУ)

200 г говядины, 10 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 10 г вина (или коньяка), 6 г имбиря, 12 г репчатого лука, 5 г сахара, 1 г бадьяна, 1 г перца хуацзё, соль по вкусу.

Мякоть говядины нарезать кубиками, положить в кастрюлю, налить холодной воды и поставить варить до полуготовности. Затем вынуть говядину, залить куриным бульоном и поставить на слабый огонь, добавив соевый соус, бадьян, жженый сахар, перец хуацзё, имбирь, соль, глутаминат натрия, вино, репчатый лук, накрыть крышкой и варить до готовности. Мясо переложить на тарелку и полить соусом, в котором оно варилось.

Говядина духовая по-пекински

(БЭЙЦЗИНКАО НЮЖОУ)

300 г говядины, 10 г репчатого лука, 3 г кинзы, 1 г имбиря, 25 г соевого соуса, 25 г вина (или коньяка), 20 г растительное масла.

Говядину, нарезанную тонкими ломтиками, замариновать в имбире, соевом соусе, вине. Нагреть сковороду. Репчатый лук положить в сковороду с маслом, обжарить, добавить говядину ломтиками, перемешать, посыпать кинзой и поместить вместе со сковородой в духовой шкаф, закрыть крышкой, тушить до готовности.

Говядина паровая ломтиками

(ГОШАО НЮЖОУ)

1 кг говядины, 5 г соли, 20 г вина (или коньяка), 5 г перца хуацзё, корицы, гвоздики и бадьяна, 500 г растительного масла (для фритюра), 3 яйца, 150 г муки, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, черный молотый перец по вкусу.

Разбить яйца в посуду, добавить муку и хорошо перемешать до образования однородной массы, добавить немного растительного масла (30 г).

Мякоть говядины разрезать пополам, положить в кастрюлю, залить холодной водой (1:2), довести до кипения, снять пену, выложить и промыть теплой водой.

Мясо натереть со всех сторон солью, положить в посуду, Добавить репчатый лук, имбирь, вино, молотый перец, перец хуацзё, корицу, гвоздику, бадьян, перемешать и оставить на 1 час. После чего посуду поставить в пароварку и варить в течение 3 часов. Мясо вынуть, остудить, нарезать ломтиками толщиной 4 мм.

Растительное масло влить в сковороду, сильно нагреть, ломтики мяса смочить в смеси яйца с мукой и по одному ломтику опустить во фритюр, обжарить до золотистого цвета. По готовности переложить в тарелку и посыпать солью с перцем хуацзё.

Примечание. Говядину можно заменить бараниной.

Говядина паровая с рисовой сечкой

(ФЭНЬ ЧЖАН НЮЖОУ)

500 г говядины, 120 г риса, 30 г соевого соуса, 50 г соевой

пасты (острой), 2,5 г соли, 10 г сахара, 25 г репчатого лука, 2 г имбиря, 15 г кунжутного масла, 25 г растительного масла, порошок пяти специй по вкусу.

Мякоть говядины нарезать ломтиками длиной 10 см, толщиной 3 мм, положить в посуду. Рис промыть, замочить в теплой воде на 3 часа. Пасту соевую размять.

Сковороду с маслом поставить на огонь, положить пасту и прожарить, добавить репчатый лук, имбирь, соевый соус, соль, сахар, 150 г кипяченой воды, довести до кипения, снять с огня и охладить. После чего положить в соус мясо, влить кунжутное масло, перемешать и мариновать в течение 40 минут.

Рис слить, высыпать на кухонную доску, раскатать скалкой до образования мелкой сечки, добавить порошок пяти специй, перемешать, прожарить на сковороде до темно-золотистого цвета.

Рисовую сечку хорошо перемешать с мясом, положить в две большие пиалы и варить на пару 2 часа.

Говядина в бульоне

(ЦИНДУНЬ НЮЖОУ)

1 кг говядины, 250 г моркови, 250 г редьки, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, 25 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 10 горошин перца хуацзе, черный молотый перец по вкусу.

Мякоть говядины нарезать кубиками разменом 2х2 см, морковь и редьку очистить от кожуры, нарезать ломтиками толщиной 3 мм, шириной 5 мм, затем нарезать ромбиками.

Говядину промыть в холодной воде, положить в кастрюлю, добавить 2 л воды, поставить на огонь, при закипании снять пену, вынуть и промыть в теплой воде. Бульону дать отстояться и процедить его в другую кастрюлю.

Говядину положить в бульон, добавить лук, имбирь, соль, вино, молотый перец, довести до кипения, затем томить на слабом огне в течение 3 часов.

Морковь и редьку положить в кастрюлю через 2,5 часа. По готовности посыпать глутаминатом натрия.

Блюда из баранины

Баранина фри с луком

(ЦУНБАО ЯНЖОУ)

200 г баранины, 50 г репчатого лука, 100 г растительного масла, 2 г соли, 5 г сахара, 25 г вина (или коньяка), 10 г кунжутного масла, 15 г соевого соуса.

Мякоть баранины нарезать ломтиками, репчатый лук — дольками, положить в посуду, добавить соевый соус, соль, сахар, хорошо перемешать.

В сковороду влить масло, сильно нагреть, быстро опустить приготовленные продукты, помешивая, обжарить до готовности, влить вино и кунжутное масло.

Баранина фри ароматная

(УСЯН ЯНЖОУ)

125 г баранины, 1 яйцо, 10 г соевого соуса, 10 г вина (или коньяка), 15 г свиного сала, 6 г имбиря, 5 г сахара, 5 г корицы, 10 г крахмала, 10 г репчатого лука, 1 г бадьяна, 1 г перца хуацзё, 1 г соли.

Баранину разрубить на части, снять с кости, корейку и грудинку надрезать сверху косточек, очистить от лишнего жира и поставить варить в насыщенном ароматическими специями бульоне (соевый соус, глутаминат натрия, имбирь, бадьян, перец,

вино, репчатый лук, корица, жженый сахар, соль).

По готовности баранину вынуть, остудить, из грудинки и корейки вынуть косточки, нарезать на порции и, отлив в кастрюлю бульон, где варилась баранина, — положить в него нарезанные порционные куски, поставив на слабый огонь.

Вынуть баранину из бульона, смочить в яйце с крахмалом, обжарить во фритюре.

Баранина фри хрустящая

(СУЧЖА ЯНЖОУ)

1 кг баранины, 200 г муки, 150 г растительного масла, 5 г дрожжей, 50 г соевого соуса, 20 г вина (или коньяка), 5 г соли, 30 г сахара, 30 г репчатого лука, 1 г имбиря (порошок), 5 г бадьяна, 1 г глутамината натрия.

Мякоть баранины нарезать кусочками длиной 15 см, шириной 3 см, положить в посуду, попить вином, соевым соусом, добавить все специи и немного бульона (150 г), закрыть крышкой, поставить в пароварку и варить до готовности.

Муку развести водой, добавить масло (немного) и дрожжи, консистенция должна быть чуть гуще, чем тесто для блинов.

На сильно разогретую сковороду с маслом (температура 100) положить баранину, предварительно смоченную в тесте, обжарить до образования золотистой корочки. Отдельно подать масло, пережаренное с перцем хуацзё.

Баранина с квашеной капустой и вермишелью из крахмала

(СУАНЬБАЙЦАЙ ЯНЖОУ)

500 г баранины, 250 г квашеной капусты, 25 г вермишели из крахмала, 50 г соевого соуса, 1 г соли, 1 г глутамината натрия, 10 г вина (или коньяка), 15 г кунжутного масла, 10 г репчатого лука, 1 г имбиря, 10 г кинзы, черный молотый перец по вкусу.

Баранину нарезать ломтиками, вермишель размочить в теплой воде и нарезать ломтиками, квашеную капусту промыть в холодной воде, нарезать соломкой.

Ломтики баранины положить в посуду, добавить соль, глутаминат натрия, молотый перец, мелко нарубленный лук, имбирь, соевый соус, хорошо перемешать, затем влить кунжутное

масло и еще раз перемешать.

В кастрюлю налить 300 г воды, довести до кипения и положить квашеную капусту, вермишель и баранину, хорошо размешать, дать закипеть, добавить кинзу.

Примечание. Баранину ломтиками не рекомендуется долго кипятить, так как она становится жесткой. Баранину можно заменить говядиной.

Баранина, жаренная с грибами сянгу и ростками бамбука

(ЧАО ХУНЬСУ ЯНЖОУ)

100 г баранины, 21 г грибов сянгу, 20 г ростков бамбука, 15 г репчатого лука, 12 г чеснока, 10 г соевого соуса, 15 г свиного сала, 10 г глутамината натрия, 1 яйцо, 1 г соли.

Мякоть баранины очистить от жира, снять с кости, нарезать ломтиками, смочить в белке с крахмалом и обжарить во фритюре.

Зеленый лук нарезать шпалами (репчатый — мелко нарубить), чеснок очистить и разделить на дольки, нашинковать (в длину).

На сильно разогретую сковороду с жиром положить чеснок, лук, обжарить, добавить ростки бамбука и грибы сянгу, нарезанные ломтиками, глутаминат натрия, влить соевый соус, крахмал, разведенный водой, немного бульона, несколько раз перемешать, положить баранину и прокипятить.

Шашлык на сковороде

(ЦЗЯНЬ ЯНЖОУЧУАНЬ)

1 кг баранины, 150 г репчатого лука, 200 г болгарского перца, 50 г помидоров, 50 г яблок, 25 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 25 г вина (или коньяка), 15 г крахмала, 1 яйцо, 150 г растительного масла, черный молотый перец по вкусу.

Мякоть баранины нарезать ломтиками длиной 3 см, толщиной 6 мм. Репчатый лук нашинковать кольцами. Болгарский перец нарезать ломтиками, яблоки, помидоры мелко нарезать.

Ломтики баранины положить в посуду, добавить мелко нарубленные лук, яблоки и помидоры, влить соевый соус, вино, посолить и посыпать глутаминатом натрия и молотым перцем,

хорошо перемешать. Взбить яйцо с крахмалом, влить в посуду, перемешать и замариновать продукты.

На короткие шампура нанизать ломтики лука, баранины, затем болгарского перца и т. д. Весь шампур должен быть нанизан полностью продуктами.

Сковороду поставить на огонь, влить растительное масло, сильно разогреть и один к одному уложить шашлык на шампурах, жарить одну сторону, перевернуть и обжарить другую.

Примечание: Баранину можно заменить свининой или говядиной, шашлык хорошо зажарить на угольках или просто на пламени газовой конфорки.

Блюда из птицы

Цыпленок жареный кусочками

(ЧАОСУНЬ ЦЗИДИН)

1 цыпленок (бройлерный), 15 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 2 г соли, 5 г кунжутного масла, 30 г вина (или коньяка).

Цыпленка обработать, нарубить кусочками 1,5х1,5 см, посолить и добавить соевый соус, глутаминат натрия, мариновать 15 минут.

На сильно разогретую сковороду с небольшим количеством масла положить цыпленка, нарубленного кусочками, и жарить на сильном огне минуты 2–3, часто переворачивая.

Влить коньяк, хорошо перемешать и полить кунжутным маслом. Блюдо готовится не более 5 минут.

Цыплята фри кусочками

(ЧЖАБАКУАЙ)

1 цыпленок, 10 г соевого соуса, 10 г глутамината натрия, 20 г крахмала, 10 г вина (или коньяка), соль по вкусу.

Цыпленка обработать, промыть, разрубить на 8 частей с костями (2 ножки, 2 филе, 2 крылышка, 1 спинка, 1 шейка).

Цыпленка положить в посуду, влить соевый соус, вино, добавить соль, глутаминат натрия и поставить на 30 минут. Затем куски цыпленка смочить в смеси белка и крахмала, разведенного водой (1:1), и обжарить во фритюре до образования коричневой

хрустящей корочки.

Цыплята, жаренные с красным перцем

(ЛАЦЗЫЦЗИ)

150 г цыплят, 20 г красного перца, 20 г репчатого лука, 1 белок, 20 г крахмала, 15 г свиного сала, 5 г соевого соуса, 10 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 5 г сахара, соль по вкусу.

Цыплят обработать, промыть, нарубить с костями кусочками, положить в миску, влить взбитый яичный белок, смешанный с крахмалом, положить глутаминат натрия, соль, перемешать и обжарить во фритюре до появления бледной корочки.

Красный стручковый перец очистить от семян, нарезать мелкими квадратиками, опустить на раскаленную сковороду с жиром, положить нарезанный кубиками репчатый лук, перемешать, влить соевый соус, вино, жженый сахар, добавить глутаминат натрия. В эту смесь положить цыплят, обжарить и переложить на тарелку.

Цыпленок в арбузе

(СИГУАЦЗИ)

1 кг цыплят, 1,5 кг арбуза, 35 г копченого окорока, 40 г ростков бамбука (размоченные или консервированные), 30 г вина (или коньяка), 4 г соли, 1 г имбиря, 20 г сушеных белых грибов.

Цыплят обработать, положить в кастрюлю, добавить 2 л воды, поставить на огонь и довести до кипения. Цыпленка выложить, промыть, бульон процедить, вновь перелить в кастрюлю, добавить соль, вино, окорок, ростки бамбука, нарезанные ломтиками, грибы (размоченные), имбирь, положить цыпленка и тушить на слабом огне до готовности (примерно 40 минут).

Арбуз помыть, срезать верхнюю часть, (примерно 1/5 часть). Срез должен быть зубчиками (см. на рис.), ножом вырезать мякоть арбуза до корочки, при этом следить, чтобы не разрезать кожицу арбуза насквозь. С внешней стороны кожицы арбуза по собственной фантазии нарезать различные рисунки, например, приветствие юбиляру. После чего арбузную кожицу обдать кипятком, остудить в холодной воде, поместить в большую пиалу (глубокую тарелку), положить в арбуз цыпленка грудкой вверх, а

на него — окорок, ростки бамбука, грибы, впить бульон, в котором варился цыпленок. Арбузную мякоть нарезать большими ломтиками, удалить семечки и тоже опустить в бульон. Закрыть арбуз вырезанной верхней частью так, чтобы все зубчики сошлись. Поставить в пароварку и варить минут 10–15.

Курица кусочками с луком и перцем

(ЦУНДА ЦЗИКУАЙ)

1 курица, 100 г репчатого лука, 1 г красного стручкового перца, 30 г соевого соуса, 2 г соли, 25 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 10 г сахара, 500 г растительного масла (для фритюра).

Курицу нарубить кусочками 2х2 см, положить в миску, добавить 10 г соевого соуса, 5 г вина, перемешать, дать замариноваться. Лук нарезать дольками. Красный стручковый перец — на несколько частей.

Сковороду с растительным маслом нагреть до температуры 170°С, каждый кусочек курицы обжарить во фритюре до темно-красного цвета. Слить масло, оставив небольшое количество на сковороде, обжарить стручковый перец и лук, влить 1 л воды, добавить 20 г соевого соуса, соль, 20 г вина, глутаминат натрия, сахар и обжаренную курицу кусочками. При закипании убавить огонь и варить до готовности.

Курица кусочками острая

(ЦЗЯЧАНШАОЛА ЦЗИКУАЙ)

1 курица, 250 г моркови, 50 г острой соевой пасты, 30 г соевого соуса, 2 г соли, 30 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 25 г репчатого лука, 1 г имбиря, 500 г растительного масла (для фритюра).

Курицу обработать, нарубить кусочками 2х2 см, морковь очистить, промыть и нарезать кругляшками. Курицу замариновать в соевом соусе и вине.

Сковороду с растительным маслом разогреть до температуры 17 °С, обжарить кусочки курицы до темно-красного цвета, затем опустить в масло морковь и слегка обжарить во фритюре.

В другую сковороду влить 50 г масла, нагреть, обжарить

соевую пасту, влить 1,5 л воды, при закипании положить курицу кусочками, лук, соль, имбирь, влить 20 г соевого соуса, 20 г вина, дать вновь вскипеть и варить на слабом огне до готовности. В конце варки опустить морковь. При подаче добавить глутаминат натрия.

Курица соломкой под горчичным соусом

(ЦЗЕМО ЦЗИСЕ)

250 г куриного филе, 2 белка, 1,5 г горчицы, соль, соевый соус, глутаминат натрия, уксус по вкусу, 1,5 г крахмала, 5 г кунжутного масла, 250 г растительного масла (для фритюра).

Филе нарезать соломкой, добавить два белка и крахмал, хорошо перемешать.

Нагреть сковороду с растительным маслом, положить филе и, непрерывно помешивая, обжарить так, чтобы филе соломкой не слиплось. Для этого фритюр не должен быть очень горячим.

Откинуть филе на дуршлаг, дать маслу стечь и остыть. Переложить филе соломкой в салатник, облить смесью из соевого соуса, уксуса, горчицы, кунжутного масла и глутамината натрия.

Курица фри ароматичная

(УСЯНЦЗИ)

125 г курицы, 500 г растительного масла (для фритюра), 15 г сахара, 20 г соевого соуса, 20 г вина (или коньяка), 1 г корицы, 6 г имбиря, 10 г репчатого лука, 1 г бадьяна, 1 г перца хуацзё, соль по вкусу.

Курицу обработать, положить в кастрюлю, залить водой и варить с ароматическими специями: соевым соусом, глутаминатом натрия, имбирем, бадьяном, перцем хуацзё, солью до полуготовности на слабом огне.

Курицу вынуть, остудить, нарубить на порционные куски (лучше только ножки), обжарить во фритюре до образования золотистой корочки.

Курица ароматичная хрустящая

(СЯНСУЦЗИ)

1 курица, 500 г растительного масла (для фритюра), 25 г вина (или коньяка), 25 г сахара, 25 г соевого соуса, 1 г гвоздики, 1 г перца хуацзё, 1 г корицы, 25 г муки, 1 г имбиря, 15 г соли, 1 г глутамината натрия.

Курицу обработать, натереть солью и оставить на 4 часа. Затем ее вынуть и обдать холодной водой. В бульон положить все специи и курицу, варить на пару 2 часа.

Готовую курицу нарубить кусочками и жарить во фритюре до темно-красного цвета.

Примечание: Так же готовят «Утку ароматичную хрустящую».

Курица жареная по-гунбао

(ГАНБАО ЦЗИДИН)

100 г курицы, 16 г ростков бамбука, 20 г зеленого горошка, 1 г имбиря, 10 г вина (или коньяка), 15 г соуса соевой пасты острой, 15 г свиного сала, 5 г глутамината натрия, 10 г красного стручкового перца, 5 г сахара, 1 белок, 5 г соевого соуса, соль по вкусу.

Курицу (лучше цыпленка) нарубить кубиками, смочить в белке яйца смешанным с крахмалом, перемешать и обжарить во фритюре до образования бледной корочки.

Одновременно в сильно нагретую сковороду с небольшим количеством жира влить соевую пасту острую, вино, глутаминат натрия, соевый соус, добавить соль, имбирь, немного бульона, сахар. Когда смесь закипит, положить ростки бамбука, нарезанные кубиками, репчатый лук, зеленый горошек, красный стручковый перец, ранее обжаренный цыпленок, несколько раз перемешать и переложить на тарелку. Ростки бамбука и зеленый горошек можно заменить арахисом, жаренным во фритюре.

Примечание. Соевую пасту острую можно заменить перцем стручковым.

Курица с шампиньонами

(ШАОЦЗИЖОУ ДУНГУ)

1/2 вареной курицы, 25 г соевого соуса 20 г вина (или коньяка),

20 г крахмала 125 г шампиньонов, 10 г зеленого лука, 50 г растительного масла, 1 г имбиря или чеснока (по желанию), черный молотый перец по вкусу.

Мясо курицы отделить от костей, нарезать на тонкие кусочки, положить в миску, смешать с соевым соусом, вином и крахмалом. Шампиньоны нарезать ломтиками, лук — мелко нарубить.

На сковороде разогреть растительное масло, обжарить имбирь или чеснок. Положить туда курицу, белую часть луковицы и шампиньоны, хорошо перемешать, слегка обжарить и залить холодной водой (100 г), посыпать перцем. Сковороду накрыть крышкой и тушить 5-10 минут. По готовности украсить зеленым луком.

Курица с грецкими орехами

(ТАОЖЭНЬ ШАОЦЗИ)

1/2 курицы, 20 г соевого соуса, 20 г куриного бульона, 15 г крахмала, сахар (на конце ножа), черный молотый перец, 50 г копченого лосося, зелень петрушки, растительное масло, 100 г грецких орехов, 1–2 шампиньона (по желанию).

Куриное мясо отделить от костей, нарезать тонкими кусочками. Положить в миску и смешать с крахмалом, соевым соусом, куриным бульоном, сахаром и перцем. Лосось нарезать тонкими ломтиками. Петрушку мелко нарубить.

Грецкие орехи очистить. На сковороде разогреть масло, грецкие орехи обжарить до коричневого цвета, чтобы они стали хрустящими. Орехи вынуть, дать маслу стечь и положить их в теплое место. В том же масле обжарить курицу с лососем и шампиньонами. Приготовленную массу смешать с грецкими орехами и петрушкой.

Куриные крылышки по рецепту императрицы Гуйфэй

(ГУЙФЭЙ ЦЗИЧИ)

20 шт. крылышек цыплят, 150 г шампиньонов (или 5 шт. сушеных белых грибов), 80 г зеленого лука (только белая часть), 1 г имбиря, 15 г сахара, 30 г соевого соуса, 20 г виноградного вина (крепленое, типа портвейн), 30 г свиного жира, 20 г растительного масла, 200 г куриного бульона, 5 г соли.

Крылышки опалить, промыть и разрезать между 1 и 2 суставами. Лук нашинковать на дольки длиной 1,5 см. Шампиньоны обработать.

В сковороде с растительным маслом обжарить часть лука до золотистого цвета, добавить имбирь и в течение 4 минут обжарить все крылышки. После чего положить немного сахара, влить соевого соуса, жарить крылышки до темно-красного цвета.

Крылышки переложить в кастрюлю, влить бульон и тушить 30 минут.

При этом надо проверить, легко ли отделяется мякоть от кости, чтобы крылышки не переварились и не потеряли форму.

Обжарить оставшийся лук, положить грибы, обжарить и переложить в кастрюлю с крылышками, добавить сахар, соевый соус, соль, вино, потушить еще минут 15.

Куриное филе жареное

(ЦЗЯНЬЦЗИПУ)

300 г куриного филе, 10 г креветок обработанных, 50 г свиного жира, 35 г крахмала, 15 г соевого соуса, 15 г вина (или коньяка), 15 г томатной пасты, 5 г кунжутного масла, 5 г масла, пережаренного с перцем, 1 г глутамината натрия, 10 г сахара.

Куриное филе нарезать кусочками 6х4 см, замариновать в соевом соусе, белке и крахмале.

Сковороду раскалить, влить масло, положить филе и на среднем огне с обеих сторон обжарить до золотистого цвета. После чего добавить вино, томатную пасту, масло с соевым соусом и перцем, кунжутное масло, пожарить еще 1 минуту, посыпать глутаминатом натрия, переложить на тарелку. По краям куриного филе положить обжаренные креветки без панциря.

Филе кур с луком

(ЧАОЦЗЫЦЗИ)

100 г курицы, 50 г репчатого лука, 1 белок, 1 г глутамината натрия, 15 г свиного сала, 10 г крахмала, 1 г имбиря, 1 г перца хуацзё, соль по вкусу, 5 г сахара, 5 г соевого соуса, 10 г вина (или коньяка).

Филе кур нарезать кубиками, влить взбитый белок яиц с

крахмалом, положить глутаминат натрия, соль, перемешать, обжарить во фритюре до бледной корочки и откинуть.

На раскаленную сковороду с небольшим количеством жира опустить нарезанный кубиками репчатый лук, ранее обжаренное во фритюре филе курицы, влить соевый соус, жженый сахар, несколько раз перемешать и, переложив на десертную тарелку, полить соусом, пережаренным с перцем хуацзё и луком.

Рубленое филе кур в соусе

(ГОТАЦЗИ)

110 г курицы, 1 яйцо, 15 г свиного сала, 15 г крахмала, 20 г муки, 5 г кунжутного масла, 1 г имбиря, 1 г глутамината натрия, соль по вкусу.

Филе курицы пропустить через мясорубку, добавить белок яиц, соль, кунжутное масло, имбирь, хорошо перемешать и в виде оладий обжарить с обеих сторон на разогретой сковороде с небольшим количеством жира.

Обжаренные оладьи, приготовленные из филе курицы, заполировать в муке и смочить в смеси взбитых яиц и крахмала, разведенного в холодной воде.

На раскаленную сковороду с небольшим количеством жира положить эти оладьи, влить бульон, добавить глутаминат натрия, посолить и держать до тех пор, пока жидкость не испарится.

Рубленое филе кур в соусе

(ФУЖУН ЦЗИПЯНЬ)

50 г курицы, 2 белка, 15 г свиного сала, 1 г глутамината натрия, 1 г имбиря, 12 г репчатого лука, 20 г вина (или коньяка), 10 г крахмала, соль по вкусу.

Филе курицы пропустить через мясорубку, добавить немного воды, влить яичные белки, положить имбирь и репчатый лук, перемешать. Чумичкой опустить кусочки фарша в средний по температуре фритюр, делая при этом отрывистые движения, чтобы жареное филе имело продолговатую форму. Держать кусочки фарша в нем до тех пор, пока они не всплывут на поверхность. Затем их нужно откинуть на дуршлаг. Готовый фарш должен быть белым. На раскаленную сковороду с небольшим

количеством бульона положить глутаминат натрия, соль, вино, довести до кипения, снять пену и струйкой влить крахмал, разведенный водой (1:2). В приготовленный соус положить филе курицы, хорошо перемешать его с соусом и выложить на тарелку.

Курица тушеная

(ХУАНМЭНЬЦЗИ)

1 курица, 20 г соевого соуса, 500 г растительного масла (для фритюра), 25 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 20 г репчатого лука, 1 имбирь, 25 г соли, 5 г жженого сахара с водой, 300 г бульона (можно воды), 20 г крахмала.

Курицу порубить кусочками 3х3 см, лук нашинковать. Курицу кусочками замариновать в соевом соусе и вине.

Сковороду с маслом нагреть до температуры 170°С, курицу обжарить во фритюре до полуготовности. Слить масло и на оставшемся масле обжарить лук, влить бульон, добавить жженый сахар, соль, вино и все специи. Опустить курицу кусочками в сковороду и тушить на слабом огне до готовности.

Курица в горшочке

(ЦИНДУНЬЦЗИ)

1 курица, 10 г соли, 25 г вина (или коньяка), 30 г лука, 1 г имбиря.

Курицу отварить в воде, выложить и промыть. Затем поместить в горшочек, добавить лук, вино, соль, налить 0,5 л воды, закрыть и поставить в кастрюлю с водой, варить на слабом огне 3 часа.

Курица, тушенная с ветчиной и грибами сянгу

(ЦЗИЖОУ МЭНЬСЯНГУ ХОТУЙ)

96 г грибов сянгу, 35 г ветчины, 35 г курицы, 15 г свиного сала, 10 г глутамината натрия, 10 г соевого соуса, 10 г крахмала, 1 г имбиря, 1 г перца хуацзё, 3 г репчатого лука, соль по вкусу.

Курицу отварить до готовности. Грибы сянгу, ветчину и филе

вареной курицы нарезать ломтиками, ошпарить кипятком, откинуть на дуршлаг. Бульон, в котором варилась курица — процедить. Приготовленную смесь переложить на сковороду с бульоном, добавив соевый соус, глутаминат натрия, соль, дать вскипеть, снять пену и струйкой влить крахмал, разведенный водой до средней густоты. Полить соусом, пережаренным с перцем хуацзё и луком.

Курица, тушенная с морской капустой

(ЦЗИКУАЙ ШАО ХАЙДАЙ)

Курица (две ножки), 100 г морской капусты, 20 г соевого соуса, 15 г кунжутного масла, 30 г растительного масла, 20 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г глутамината натрия, 20 г крахмала, 1 яйцо.

Обе куриные ножки разрезать на 4 части, замариновать в смеси соли, соевого соуса и вина. Затем кусочки курицы смешать в яйце с крахмалом. Морскую капусту нарезать ломтиками, репчатый лук — кубиками.

Сковороду с маслом разогреть, опустить кусочки курицы, хорошо прожарить, добавить морскую капусту, 100 г бульона, все специи, потомить и влить струйкой крахмал, разведенный водой. При подаче полить кунжутным маслом.

Курица маринованная

(ЛУЦЗИ)

1 курица, 100 г соевого соуса, 60 г соли, 10 г сахара, 70 г вина (или коньяка), 25 г репчатого лука, 3 г имбиря, по 10 г бадьяна и корицы.

Приготовить маринад. Для этого в 0,5 л кипящей воды добавить соевый соус и вино. Соль, сахар, репчатый мелко нарубленный лук, имбирь, бадьян, корицу завернуть в марлю, завязать и опустить в маринад. Вскипятить и поварить на слабом огне 15 минут.

Курицу отварить до полуготовности, переложить в маринад и на слабом огне варить до готовности. Вынуть и нарубить кусочками, полить небольшим количеством маринада.

Курица фаршированная с клейким рисом

(НОМИ ЦЮАНЫДЗИ)

1,5 кг курицы, 250 г клейкого риса, 15 г грибов (белых) сушеных, 90 г окорока, 50 г куриного жира, 2 г соли, 15 г сахара, 30 г вина (или коньяка), 5 г кунжутного масла, 35 г крахмала.

Курицу обработать (не опалять). Кожицу целиком снять, не повреждая ее нигде, куриное мясо нарезать кубиками величиной с зеленый горошек.

Грибы размочить, окорок также нарезать кубиками. Клейкий рис промыть, сварить на пару (см. рецептуру в разделе «Рис»).

На сковороде с куриным жиром обжарить мясо, рис, грибы, окорок, добавить соль, вино, сахар, соевый соус, кунжутное масло.

Подготовленные продукты аккуратно уложить в куриную кожицу, придавая форму курицы, зашить надрез на брюшке, по готовности вынуть нитки. Варить на пару в течение 1,5 часа, остудить, затем курицу обмазать крахмалом, разведенным с яйцом и водой, обсыпать сухим крахмалом и обжарить курицу во фритюре. При подаче облить оставшейся от варки жидкостью.

Курица в бульоне

(ЦИНДУНЬ)

1 курица, 25 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, черный молотый перец и соль по вкусу.

Курицу обработать, положить в кастрюлю, налить воды (1:2), довести до кипения, снять пену, вынуть курицу. Промыть ее в теплой воде, бульон процедить, вновь опустить в него курицу, добавить соль, вино, лук, имбирь, молотый перец, подождать пока бульон не вскипит, после чего убавить огонь и варить до готовности, перед подачей посыпать глутаминатом натрия.

Примечание. Как только курицу промоют, ее можно разделать на кусочки, поместить в большую миску, налить бульон, добавить специи и варить на пару до готовности, блюдо носит название «Курица паровая в бульоне» (цинчжэн шуцзи).

Утка ароматичная

(УСЯН ЦЗЯН ФЭЙЯ)

1 утка, 10 горошин перца хуацзё, немного аниса (или тмина), 5 г корицы, 1,5 г бадьяна, 50 г репчатого лука, 1 г имбиря, 40 г сахара, 50 г соевого соуса, 40 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 15 г кунжутного масла.

Обработанную утку положить в кастрюлю, добавить воды до уровня утки, поставить на огонь, довести до кипения, снять пену и варить 10 минут, далее вынуть утку, промыть теплой водой, бульон процедить.

Бульон поставить на огонь, опустить утку, положить специи: перец хуацзё, анис, корицу, бадьян, лук, имбирь, сахар, соевый соус, вино, глутаминат натрия. Довести до кипения, убавить огонь и варить до готовности, прибавить огонь и дать сильно закипеть. Через 10 минут снять с огня, вынуть утку, остудить и смазать кунжутным маслом.

Примечание. Утку можно заменить курицей.

Утка тушеная фри

(ГОШАО ЯЦЗЫ)

1 утка, 50 г муки, 2 яйца, 50 г соевого соуса, 5 г соли, 25 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 500 г растительного масла (для фритюра), перца хуацзё, бадьяна, корицы, черного молотого перца по вкусу.

Утку обработать. Вбить яйца в миску, добавить муку, хорошо размешать до однородной массы, впить 50 г растительного масла.

Утку положить в кастрюлю, налить такое количество воды, чтобы утка была полностью закрыта, вскипятить, снять пену, добавить соевый соус, соль, вино, лук, имбирь, перец хуацзё, бадьян, корицу, молотый перец. На слабом огне варить до готовности (примерно 1 час).

Готовую утку вынуть из бульона, охладить, удалить кости, начиная с грудной части.

Затем выложить утку на большое блюдо, полить смесью из яйца и муки, чтобы яично-мучная масса равномерно со всех сторон легла на поверхность утки. Поставить кастрюлю на сильный огонь, влить растительное масло, нагреть до температуры 170°С и опустить утку во фритюр, обжарить до образования золотистой корочки. Утку нарезать на кусочки, разложить на блюде (постараться сохранить первоначальную

форму) и посыпать перцем хуацзё с солью.

Утка паровая в пивном соусе

(ПИЦЗЮ ЧЖЭНЪЯ)

1 утка, 0,5 л пива, 5 г соли, 20 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, черный молотый перец по вкусу.

Обработанную утку опустить в кастрюлю, налить холодную воду, так чтобы она закрыла утку, поставить на огонь, при закипании снять пену, добавить соль, вино, лук, имбирь, молотый перец, закрыть крышкой и варить на слабом огне до готовности. Готовую утку вынуть из бульона и остудить.

Утку нарубить кусочками 3х3 см, уложить на дно маленькой кастрюли, добавить немного процеженного бульона, лук, имбирь, влить пиво, положить соль, глутаминат натрия, закрыть кастрюлю крышкой и поставить на 30 минут в пароварку (варить на сильном огне).

Примечание: Утку можно заменить курицей, а пиво — белым вином, блюдо называется «Утка (курица) паровая в винном соусе» (путаоцзю чжэня или путаоцзю чжэнцзи).

Утка по-пекински

(БЭЙЦЗИН КАОЯ)

1 утка, 100 г зеленого или репчатого лука, 100 г ячменной патоки, 50 г соуса, соль по вкусу.

Погрузив утку в кастрюлю с кипятком, надо все время мешать скалкой и держать до тех пор, пока будет свободно сниматься перо.

После этого вынуть на противень, облить колодной водой (для удобства при снятии пера) и простым движением руки снизу вверх, щипками снять перо. Когда все перья будут сняты, утку перекладывают в сосуд, наполненный холодной водой, где ее тщательно промывают и при помощи специальных пинцетов удаляют пеньки. Затем утку перекладывают на стол, отрезают лапки между суставами, из надрезанного горлового (шейного) отверстия вытаскивают часть пищевода, зажав его вместе с шеей в левой руке, вставляют в отверстие шеи под кожу трубку насоса и

накачивают воздух до тех пор, пока утка примет округленную форму. Не выпуская из левой руки горловины, чтобы не вышел воздух — перевернуть утку не левый бок, взяв верхнее крыло в левую руку вместе с горловиной, вырвать анальное отверстие, сделать небольшой надрез под крылом, указательным пальцем правой руки через сделанный надрез под крылом выпотрошить в такой последовательности: вынуть сердце, вытянуть дыхательное горло, немного пищевод, зажав его в левой руке, отделить пленку от желудка, вытащить за пищевод все внутренности, легкие в два приема, отрубить папоротки, промыть в холодной воде, вырвать из анального отверстия остаток прямой кишки, надеть специальный крючок, проколов его на расстоянии 5 см от груди сбоку горловины так, чтобы начало было с одной стороны горловины, а конец с другой, полить крутым кипятком и повесить на ночь в помещении с притоком свежего воздуха для созревания мяса, обпив перед этим ячменной патокой.

На следующий день, когда печь для копчения уток натоплена, уток еще раз обливают ячменной патокой и вешают на специальную перекладину в печи для жарки, причем вешать надо филейной частью к задней стене печи, не плотно одна к другой, когда дрова хорошо разгорятся, и когда не будет копоти. По мере того, как утки начнут колероваться — их надо поворачивать.

Копчение производится не более 35 минут для молодых и 40–45 минут для более зрелых уток.

Режут утку небольшими ломтиками, начиная от горловины филейной части.

Утка подается на десертной тарелке. На гарнир — зеленый лук, нарезанный шпалами (или репчатый лук), соус пянь-мянь-цзян, который можно заменить соусом кабуль, южный, любительский, московский, томатный.

Каркасы уток используют для варки бульонов.

Дикая утка с луком

(ЦЗИНЬЦУН ШАОЯ)

1,5 кг дикой утки, 65 г свиного жира, 10 г кунжутного масла, 5 г сахара, 30 г вина (или коньяка), 7 маленьких головок репчатого лука, 30 г соевого соуса, 6 г крахмала, 1 г корицы, 1 г глутамината натрия, 5 г ростков бамбука, 1 г имбиря (порошок).

Дикую утку обработать, выпотрошить, оставить печень, сердце и желудок. Утку и потроха ошпарить в кипятке, затем опустить в кипящую воду на 5 минут. Промыть и положить в

кастрюлю утку и потроха, добавить 500 г воды, свиной жир, соевый соус, одну головку лука, имбирь, корицу, вино, соль, довести до кипения, убавить огонь и тушить до готовности (примерно 1,5 часа).

6 головок репчатого лука обжарить во фритюре до золотистого цвета, откинуть, остудить, разрезать пополам и веерообразно уложить на одной стороне большой тарелки, на другой стороне — разложить печень, желудок, сердце, нарезанные ломтиками. С утки снять кости, не повреждая кожу, положить ее в центре тарелки, а голову утки на мясо. В тарелку налить бульон и поставить в пароварку, варить еще 30 минут, крахмал развести водой, влить в кастрюлю и тушить до загустения, добавить кунжутное масло, глутаминат натрия и полить этим соусом утку.

Голуби с зеленым горошком

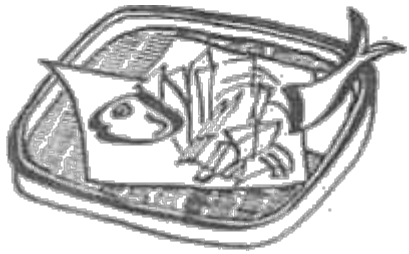
(ГЭЖОУ ВАНЬДОУ)

2 небольших голубя, 25 г соевого соуса, немного соли, черного молотого перца, 1 кочан салата, растительное масло, 500 г зеленого горошка (можно консервированного), 20 г сахара, 4–5 долек зеленого лука.

Голубей ощипать и хорошо промыть. Порубить по хребту и разложить плоско. Облить соевым соусом, обсыпать перцем. Кочанный салат хорошо промыть и крупно нарезать.

Голубей обмазать маслом и обжаривать в духовке в течение 25 минут. Тем временем в кастрюле разогреть 25 г масла, положить горошек, сахар, лук и салат. Плотно накрыть крышкой и тушить 30 минут в собственном соку. За 5 минут до готовности опустить туда голубей все вместе прожарить и подавать на стол.

Блюда из рыбы и морских продуктов



Рыба, жаренная по-китайски

(ГОТАЮЙ)

150 г рыбы, 1 яйцо, 10 г вина (или коньяка), 10 г глутамината натрия, 5 г соевого соуса, 10 г муки, 15 г свиного сапа, 5 г кунжутного масла, соль по вкусу.

Рыбу (судак, карп, сазан) нарезать крупными ломтиками (3 куска на порцию), посыпать глутаминатом натрия, солью, добавить вина, обвалять в муке, смочить в яйце, обжарить с обеих сторон. По готовности переложить на раскаленную сковороду с небольшим количеством бульона, влить вино, соевый соус, добавить глутаминат натрия. Держать рыбу в сковороде до тех пор, пока не испарится жидкость. Переложить на тарелку, полить кунжутным маслом.

Рыба, жаренная в кисло-сладком соусе

(ТАНЦУЮЙ)

125 г рыбы, 1 белок, 30 г крахмала, 15 г свиного сапа, 12 г репчатого лука, 3 г имбиря, 10 г соевого соуса, 5 г сахара, 1 г глутамината натрия, 5 г уксуса, соль по вкусу.

Рыбу (сазан, карп) очистить, не вынимая костей, отрубив голову и хвост, сделать на коже с двух сторон поперечные надрезы (крест-накрест). После чего смочить в белке с крахмалом, обжарить во фритюре, откинуть. Одновременно на раскаленную сковороду влить бульон, соевый соус, вино, уксус, добавить имбирь, шинкованный лук, сахар, глутаминат натрия. Когда смесь закипит, снять пену, влить крахмал, разведенный водой,

положить обжаренную рыбу, проварить, непрерывно помешивая, и переложить на тарелку.

Аналогично приготовляется ТАНЦУЮЙ ПЯНЬ (рыба разрезается пополам с удалением костей, нарезается ломтиками).

Рыба паровая по-китайски

(ЛЮЮЙПЯНЬ)

150 г речной рыбы, 20 г грибов муэр, 1 белок, 1 г глутамината натрия, 15 г вина (или коньяка), 30 г крахмала, 5 г сахара, соль по вкусу.

Судак (карп, сазан) очистить от чешуи, выпотрошить, промыть, нарезать ломтиками, посолить, смочить в белке с крахмалом, обжарить во фритюре до образования бледной корочки. Затем переложить на раскаленную сковороду с небольшим количеством бульона, добавив глутаминат натрия, сахар, вино. После закипания — снять пену, струйкой влить крахмал, разведенный водой до умеренной густоты и переложить на десертную тарелку. Сверху положить грибы муэр, которые предварительно прокипятить.

Рыба фри

(ЖУАНЬЧЖАЮЙ)

150 г рыбы, 1 белок, 30 г крахмала, 15 г свиного сала, 1 г-глутамината натрия, 1 г перца хуацзё, соль по вкусу.

Филе рыбы (судак, карп, сазан) нарезать брусочками (поперек филе), замариновать в вине с соевым соусом и глутаминатом натрия. Рыбу вынуть и смочить в белке с крахмалом, обжарить во фритюре до образования золотистой корочки, переложить на десертную тарелку, на края которой уложить хуацзеянь (перец хуацзё, смешанный с солью).

Рыба отварная

(ЮЦИНЬЮЙ)

2 кг рыбы, 50 г растительного масла, 30 г соевого соуса, 5 г

соли, 30 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 15 г кинзы, 100 г зеленого лука, 2 г имбиря (порошок), черный молотый перец по вкусу.

Рыбу (судак, сазан, карп) обработать, сделать на коже поперечные надрезы, промыть.

Лук мелко нарубить, обжарить вместе с имбирем и глутаминатом натрия.

Куриный бульон (300 г) довести до кипения, добавить вино и соль, опустить рыбу и варить 15 минут. Рыбу нужно обязательно опускать в кипящий бульон, как только бульон вторично закипит, убавить огонь и на слабом огне варить 15 минут.

Рыбу выложить на блюдо, полить соевым соусом и маслом, пережаренным с луком и имбирем, посыпать черным молотым перцем. По краям блюда положить кинзу.

Рыба под фруктовым соусом

(ГОЧЖИЮЙ)

2 кг рыбы, 100 г ананаса, 100 г яблок, 10 г уксуса, 5 г соли, 25 г вина (или коньяка), 30 г фруктового сока, 15 г сахара, 5 г чеснока, 30 г томатной пасты, 50 г крахмала, 500 г растительного масла (для фритюра), 30 г зеленого салата.

Рыбу можно взять любую — сазана, карпа, окуня, палтуса. Резать на кусочки не нужно. Рыбу обработать, сделать поперек рыбы косые надрезы, глубиной до позвонка.

Обмакнуть в крахмале, разведенном водой (1:1), затем обвалять в сухом крахмале и обжарить во фритюре при температуре 10 °С.

Ананас и яблоки нарезать кубиками, посыпать сахаром, добавить мелко нарубленный чеснок.

В разогретую сковороду с небольшим количеством масла положить смесь ананаса и яблок, хорошо нагреть, добавить томатную пасту и уксус, довести до кипения и снять с огня.

Рыбу еще раз пропустить через фритюр. Переложить в продолговатое блюдо, полить фруктовым соусом. Блюдо украсить зеленым салатом.

Рыба протертая в белке

(ФУЖУН ЮЙПЯНЬ)

100 г рыбы, 2 яйца, 10 г глутамината натрия, 10 г вина (или коньяка), 15 г свиного сала, 10 г крахмала, соль по вкусу.

Филе рыбы (судак, карп, сазан) пропустить через мясорубку, влить воды, перемешать, положить взбитые белки яиц, добавить вино, хорошо перемешать. Приготовленный фарш небольшими частями опустить во фритюр и держать в нем до тех пор, пока кусочки фарша не всплывут, затем откинуть на дуршлаг. На раскаленную сковороду с жиром влить немного бульона, вино, глутаминат натрия, соль и довести до кипения, снять пену, струйкой влить крахмал, разведенный водой, положить жареное филе, встряхиванием перемешать его с соусом.

Рыба, тушенная с грибами сянгу и ростками бамбука

(ГАНЬКАОЮЙ)

125 г рыбы, 9 г грибов сянгу, 26 г ростков бамбука, 10 г соевого соуса, 10 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 5 г кунжутного масла, 12 г репчатого лука, 3 г имбиря, 15 г свиного сала, 5 г сахара, 10 г крахмала, соль по вкусу.

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть и нарезать (по одному куску на порцию). На каждом куске рыбы сделать поперечные надрезы. После этого обжарить во фритюре. На раскаленную сковороду с небольшим количеством жира положить нарезанные кубиками ростки бамбука и грибы сянгу, обжарить, влить соевый соус, вино, кунжутное масло, немного бульона, положить глутаминат натрия, мелко нарубленный репчатый лук, имбирь, соль, сахар и куски рыбы. Накрыть крышкой, поставить на слабый огонь и тушить до готовности.

После этого рыбу вместе с гарниром положить на тарелку, полить оставшимся бульоном, если он будет недостаточно густой, влить немного крахмала, разведенного водой.

Карп отварной с подливой

(ЖУАНЬМО ЛИЮЙ)

600 г карпа, 25 г соевого соуса, 30 г масла растительного, 20 г крахмала, 1 г имбиря, 10 г сахара, 5 г уксуса.

Карп очистить и промыть, сделать поперечные глубокие надрезы.

Карпа целиком опустить в кипяток, дать закипеть, снять пену и проварить 3–4 минуты, затем спить бульон, оставив около 400 г, не вынимая карпа, влить вино, соевый соус, имбирь, прокипятить и переложить рыбу в глубокую тарелку. В бульон добавить сахар, уксус, крахмал, разведенный водой, проверить и запить этим бульоном карпа.

Сазан, тушенный с коричневым соусом

(ХУНШАОЮЙ)

750 г сазана, 100 г растительного масла, 15 г соевого, соуса, 15 г сахара, 1,5 г соли. 20 г вина, 20 г чеснока, 20 г репчатого лука, 1 г имбиря, грибы сянгу (или любые), 25 г ростков бамбука, 30 г крахмала.

Сазана обработать, сделать неглубокие поперечные надрезы. Сковороду с маслом нагреть, опустить сазана целиком, обжарить с двух сторон, выложить. В эту же сковороду положить грибы, ростки бамбука, лук, чеснок, сахар, имбирь, влить вино и бульон. Когда закипит, снять пену, положить сазана и томить до готовности (бульона должно остаться примерно половина). Сазана выложить на блюдо. В сковороду с бульоном влить крахмал, разведенный водой, проварить до загустения. Сазана полить приготовленным соусом.

Сазан паровой

(УЛЮЮЙ)

1 кг сазана, 50 г свинины, 3 шт. красного стручкового перца (слабо жгучего), 1 шт. моркови, 25 г свиного жира, 10 г соевого соуса, 15 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 2 г соли, 10 г уксуса, 20 г сахара, 20 г репчатого лука, 1 г имбиря, 25 г крахмала.

Репчатый лук нашинковать часть соломкой, часть — дольками. Свинину, морковь и стручковый перец нарезать соломкой.

Сазана обработать и промыть натереть солью, положить в пароварку, добавить вино, репчатый лук, имбирь и варить 15 минут на сильном огне.

Растопить жир на сковороде, нагреть, обжарить стручковый

перец, свинину, морковь, лук, имбирь, влить 100 г воды, посолить, положить сахар, глутаминат натрия. При закипании впить струйкой крахмал, разведенный водой (1:2), и обпить этим соусом рыбу.

Сазан паровой

(ЦИНЧЖЭНЪЮЙ)

800-1000 г сазана, 30 г ветчины, 80 г ростков бамбука, грибы сянгу (можно заменить любыми сушеными грибами), 75 г свиного сала, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 30 г вина (или коньяка), 100 г бульона, 2 г соли, 10 г сахара, 1 г глутамината натрия, черный молотый перец по вкусу.

Сазан обработать, сделать неглубокие поперечные надрезы от головы до хвоста, промыть, обварить, положить в глубокую посуду. На поверхности рыбы разложить грибы и ростки бамбука в виде цветов. Полить свиным жиром, вином, посыпать солью, сахаром, луком, имбирем, налить бульон и варить на пару 10–15 минут. По готовности посыпать молотым перцем и глутаминатом натрия.

Рыба паровая фаршированная

(УСЫХУН ЧЖЭНЪЮЙ)

1 кг рыбы (белый амур, сазан, карп), 20 г репчатого лука, 1 г имбиря, 75 г свинины, 1 шт. моркови, 3 шт. красного стручкового перца (слабо жгучего), 50 г соевой пасты (острой), 15 г соевого соуса, 15 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 5 г сахара, 50 г свиного фарша.

Рыбу обработать, с двух сторон сделать поперечные неглубокие надрезы (крест-накрест). Пасту размять, стручковый перец, морковь, свинину, репчатый лук нарезать соломкой.

На сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира положить свинину соломкой, пасту, лук, имбирь, стручковый перец, морковь, влить соевый соус, вино, добавить сахар, глутаминат натрия и обжарить.

Рыбу смешать с приготовленной массой, поместить в блюдо и варить на пару в течение 20 минут.

Толстолобик тушенный

(ЧЖЭХУЭЙ ПАНТОУЮЙ)

1,5 кг толстолобика, 1 яйцо, 2 г соли, 1 г глутамината натрия, 20 г вина (или коньяка), 20 г репчатого лука, 5 г имбиря, 20 г крахмала, 50 г свиного жира, черный молотый перец по вкусу.

Обработать толстолобика, мелко нашинковать лук.

Рыбу замариновать в вине, добавить соль, молотый перец, лук, имбирь и варить на пару 30 минут. После чего осторожно отделить мясо от костей.

Нагреть сковороду с небольшим количеством жира, положить репчатый лук, имбирь, обжарить, затем влить 400 г воды, опустить рыбу, посолить, добавить вино, молотый перец, глутаминат натрия. Крахмал, разведенный водой (1:2), влить в сковороду до образования киселеобразной массы, на рыбу положить ложечку взбитого яйца и протомить.

Толстолобик отварной

(ЦЗИНЬХОЮЙ)

1 кг толстолобика, 30 г соевого соуса, 25 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 2 г сахара, 25 г репчатого лука, 1 г имбиря, 5 г кинзы, 25 г кунжутного масла, молотый перец по вкусу.

Рыбу обработать, промыть в холодной воде. Лук нарезать соломкой, кинзу хорошо промыть и нарубить.

В маленькую миску влить соевый соус, вино, добавив молотый перец, соль по вкусу, глутаминат натрия, сахар, перемешать, поставить на огонь, прокипятить.

В сковороду влить воды, положив лук, имбирь, соль, вино, молотый перец и опустить рыбу, поставить на огонь и варить 15 минут. Затем вынуть рыбу, положить ее в тарелку, полить приготовленным соусом.

Отдельно в сковороде сильно нагреть кунжутное масло, полить им рыбу и посыпать кинзой.

Судак по-китайски

(ЧАНЬЦЗЯНЬ ЮЙКУАЙ)

180 г судака, 20 г свиного сала, 5 г соевого соуса, 1 яйцо, 1 г имбиря, 1 г глутамината натрия, 10 г сухарей, 5 г кунжутного масла, соль и душистый перец по вкусу.

Филе судака нарезать на порционные куски, удалить кожу. Яйцо взбить.

Замариновать в соевом соусе на 10–15 минут, смешанным с кунжутным маслом, глутаминатом натрия, имбирем, молотым душистым перцем и солью.

Куски рыбы запанировать в луке, смазать взбитым яйцом и обвалять в сухарях, затем обжарить во фритюре. Рыбу откинуть на салфетку, промокнуть масло, нарезать на кусочки и положить на тарелку. Перец (хуацзё), смешанный с солью, подать отдельно. 115

Камбала тушеная

(ЦЗЯНЬШЭНЬ ПИНЪЮЙ)

500 г камбалы, 2 яйца, 25 г крахмала, 100 г растительного масла, 15 г соевого соуса, 10 г уксуса, 20 г вина (или коньяка), 10 г сахара, 2 г соли, 1 г глутамината натрия, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 10 г чеснока.

Рыбу обработать, промыть, сделать с двух сторон неглубокие надрезы (крест-накрест), посолить, облить вином. Мелко нарезать репчатый лук и чеснок. Яйца взбить и смешать с крахмалом.

В разогретую сковороду с маслом положить рыбу, предварительно смочив ее в яйце с крахмалом, обжарить с двух сторон до образования темно-желтой корочки, вынуть. В этой же сковороде обжарить репчатый лук, чеснок, добавить соль, вино, соевый соус, уксус, сахар, глутаминат натрия, воды 400 г, довести до кипения, опустить обжаренную рыбу и тушить 20 минут.

Камбала в томатном соусе

(ГОЧЖИ ПИНЬЮЙ.)

1 кг камбалы, 75 г томатной пасты, 50 г сахара, 10 г уксуса, 25 г растительного масла, 10 г соевого соуса, 25 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 3 г соли, 20 г репчатого лука, 1 г имбиря, 15 г крахмала, молотый перец по вкусу.

Камбалу обработать и промыть. Лук мелко нашинковать.

В сковороду налить немного воды, добавить лук, имбирь, соль, молотый перец, вино, поставить на огонь, при закипании опустить рыбу и на слабом огне варить 15 минут. Затем рыбу вынуть и обжарить.

Сковороду с маслом нагреть, обжарить лук, имбирь и томатную пасту, влить 100 г воды, добавить сахар, уксус, соль, глутаминат натрия, вино и соевый соус, при закипании влить струйкой крахмал, разведенный водой (1:2) до получения густой киселеобразной массы, полить этим соусом рыбу.

Рыба сабля жаренная

(ЧАНЬКАО ДАЙЮЙ)

500 г рыбы, 100 г свиного фарша, 100 г свежих креветок (или 25 г сушеных), 25 г соевого соуса, 1,5 г соли, 20 г вина (или коньяка), 20 г глутамината натрия, 10 г сахара, 100 г растительного масла, 1 яйцо. 30 г крахмала, 20 г репчатого лука, 1 г имбиря, черный молотый перец по вкусу.

Подготовленную рыбу нарезать кусочками длиной 5 см, промыть в холодной воде. Свежие креветки очистить от панциря (употреблять только мякоть). Если креветки сушеные, то замочить их в горячей воде на 1 час или прокипятить до полного размягчения. Мелко нашинковать репчатый лук. Яйцо разбить в миску и хорошо перемешать с крахмалом, разведенным водой.

Кусочки рыбы смочить в смеси яйца и крахмала и жарить на сковороде до золотистого цвета. Отдельно обжарить свиной фарш, добавить креветки, репчатый лук, имбирь, соевый соус, вино, соль, сахар, молотый перец, глутаминат натрия, залить 200 г воды, опустить туда рыбу и вскипятить на сильном огне. После чего переставить на слабый огонь и держать в течение 15 минут, пока не выпарится жидкость, переложить на тарелку.

Угорь тушеный

(ШЭНЦЗЕ ШАНЬЮЙ)

1 кг угря, 100 г свинины (грудинки), 50 г ростков бамбука, 30 г репчатого лука, 1 г имбиря (порошок), 30 г вина (или коньяка), 30 г соевого соуса, 2 г соли, 15 г сахара, 0,5 г черного молотого перца, 50 г свиного жира, 1 г глутамината натрия, 10 г крахмала, 500 г

растительного масла (для фритюра), 10 г чеснока.

Угорь промыть, нарезать дольками длиной 4 см, ростки бамбука и свинину нарезать ломтиками, лук нашинковать дольками.

Угорь обжарить во фритюре. На разогретой сковороде с небольшим количеством жира обжарить свинину, рыбу, лук, чеснок, имбирь, положить все специи, влить бульон (500 г) и тушить в течение 30 минут, в конце тушения влить струйкой крахмал, разведенный водой (1:20).

Креветки фри

(ЧЖАПЭН ДАСЯ)

6 шт. крупных, креветок, 15 г томатной пасты, 1 г соли, 20 г сахара, 1 г глутамината натрия, 10 г вина (или коньяка), 2 г уксуса, 1 г имбиря, 1 яйцо, 50 г крахмала, 500 г растительного масла (для фритюра), черный молотый перец по вкусу.

У креветок удалить усы и ножки (голову и хвост оставить), ножницами разрезать панцирь вдоль спины. Креветки замариновать в соли, вине, глутаминате натрия, крахмале, перемешать. В отдельную посуду положить томатную пасту, сахар, уксус, перец, немного крахмала, соль, вино и глутаминат натрия, влить в миску 50 г воды и хорошо перемешать.

Сковороду с маслом поставить на огонь, нагреть до 170°С. Каждую креветку отдельно обмакнуть в смеси яйца с крахмалом и опустить во фритюр. При образовании золотистой корочки откинуть на дуршлаг. На сковороде с оставшимся маслом обжарить лук, добавив имбирь, влить приготовленный соус, непрерывно помешивая, проварить до загустения и опустить креветки.

Креветки тушеные

(ЧАНЬКАО ДАСЯ)

6 шт. крупных креветок, 50 г растительного масла, 25 г сахара, 1 г соли, 25 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря.

У креветок удалить усы и ножки (голову и хвост оставить), разрезать панцирь вдоль спинки ножницами, промыть в холодной

воде.

На разогретую сковороду с небольшим количеством масла положить креветки, обжарить на слабом огне с двух сторон до ярко-красного цвета. Опустить нарезанный соломкой имбирь, влить вино, немного воды, добавить сахар, глутаминат натрия и на слабом огне тушить 15 минут.

Креветки фри в белке

(ГАОЛИ СЯЖЭНЬ)

75 г креветок, 2 белка, 20 г муки, 1 г глутамината натрия, 15 г свиного сала, 1 г имбиря, 1 г соли.

Креветки очистить от панциря, оставить только мясо, посыпать глутаминатом натрия, смочить в хорошо взбитом белке, смешанном с мукой. Затем обжарить их во фритюре. Необходимо, чтобы креветки были внутри взбитого белка и имели после жарки форму шара.

По готовности переложить на тарелку.

Креветки жаренные с ростками бамбука

(ГАНЬШАОЮ ЛАНЬПЯНЬ СЯЖЭНЬ)

140 г ростков бамбука, 65 г креветок, 15 г свиного жира, 1 г глутамината натрия, 5 г сахара, 1 г соли.

Ростки бамбука нарезать брусочками, ошпарить в кипятке, откинуть, положить глутаминат натрия, соль, сахар, перемешать, обжарить во фритюре и откинуть. Отдельно креветки обжарить во фритюре и откинуть. Продукты смешать, положить на сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира, добавить глутаминат натрия, соль, сахар и несколько раз перемешать.

Креветки, жаренные с имбирем

(ШАОСЯЖЭНЬ)

250 г креветок, 1 головка лука, 1 г имбиря, 10 г сахара, 25 г соевого соуса, 20 г масла, 15 г уксуса, 20 г вина (или коньяка), соль, перец и чеснок по вкусу.

Головы и хвосты креветок отрезать ножницами, ножки удалить, спинки креветок в панцире хорошо промыть. Лук мелко нарезать. Крахмал перемешать с сахаром и соевым соусом.

Разогреть масло на сковороде. Обжарить креветки с обеих сторон. Добавить соль, перец, лук и имбирь (по желанию измельченный чеснок) и обжарить еще 1–2 минуты. Затем полить креветки уксусом, крахмалом, разведенным водой, с добавлением вина и специй. Полученную массу довести до кипения. Блюдо подавать горячим.

Креветки, жаренные с цветной капустой

(СЯЖЭНЬ ЧАО ЦАЙХУА)

75 г креветок, 140 г цветной капусты, 5 г кунжутного масла, 10 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 15 г свиного сала, 1 г имбиря, 1 г соли.

Креветки очистить от панциря, использовать только мясо.

Цветную капусту очистить, нарезать небольшими ломтиками, сварить до полуготовности и откинуть.

Креветки смешать с цветной капустой, положить на сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира, добавить глутаминат натрия, имбирь, кунжутное масло, соль, влить немного бульона, соевый соус, перемешать и подавать.

Креветки, жаренные со стеблями чеснока

(ЧЖАПЭН ЖОУДУАНЬ)

500 г креветок, 100 г растительного масла, 50 г стеблей чеснока, 1/2 имбиря, 5 г уксуса, 10 г крахмала, 1 г глутамината натрия.

Креветки и стебли чеснока нарезать дольками (креветки крупные — на 4 части, мелкие на 2).

На сильно разогретую сковороду с маслом положить креветки, обжарить, слить лишнее масло, добавить стебли чеснока и специи, быстро перемешать.

Жаренные креветки

(ЧАО СЯЖЭНЬ)

500 г креветок, 1 яйцо, 50 г муки, 20 г растительного масла.

Креветки очистить от панциря, оставив хвосты. В посуду положить муку, вбить яйца, хорошо перемешать.

Взять креветки за хвост, смочить их в приготовленной смеси и обжарить во фритюре. (Хвост приобретает ярко-красный цвет).

Раки, жаренные по-китаиски

(ХУНЖАО ЛУНСЯ)

10 раков, корица, тмин, зелень петрушки по вкусу, 1 головка лука, 25 г масла, 1 г имбиря, 25 г вина (или коньяка), 20 г кукурузного крахмала, 100 г воды, 15 г соевого соуса.

В кипящую воду положить раков, тмин и зелень петрушки. Варить до тех пор, пока раки не покраснеют (около 10 минут). Лук крупно нарезать.

На сковороде разогреть немного масла. Положить раков, лук, полить вином и жарить 2 минуты, постоянно помешивая.

Далее добавить крахмал, разведенный водой, дать массе загустеть, полить соевым соусом. Вместо раков можно использовать мясо крабов.

Фрикадельки из креветок

(ЦИНЧЖА СЯВАНЬ)

500 г креветок или паста «Океан», 100 г свиного сала, 500 г растительного масла (для фритюра), 2 белка, 20 г крахмала, 1 г соли, 1 г глутамината натрия, 15 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, черный молотый перец по вкусу.

Креветки обработать, удалить голову, ножки, хвост и панцирь. Положить в. посуду, промыть и слить воду. Белки взбить в отдельной посуде.

Креветки (или паста), сало, лук мелко нарубить, добавить взбитые белки, соль, крахмал, вино, глутаминат натрия, молотый перец, имбирь, хорошо перемешать.

На сильно разогретую сковороду с маслом положите приготовленные из смеси фрикадельки, опустить их во фритюр и обжарить, пока не всплывут, выложить на тарелку.

Котлеты из креветок

(ЦЗЯНЬ СЯБИН)

500 г креветок или креветочной пасты «Океан», 100 г свиного сала, 1 яйцо, 40 г крахмала, 1,5 г соли, 1 г глутамината натрия, 15 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, имбирь и молотый перец по вкусу.

У креветок ножницами срезать головку, ножки и снять панцирь, промыть и вместе с салом мелко нарубить (если это паста, то смешать с мелко нарубленным салом). Положить продукты в посуду, взбить яйцо, добавить крахмал, соль, глутаминат натрия, вино, молотый перец, хорошо перемешать по часовой стрелке до образования однородной массы.

Ложкой сформовать из фарша фрикадельки, положить на сковороду с маслом, сплющить фрикадельки в лепешку и обжарить с двух сторон до образования золотистой корочки. (Получается около 20 фрикаделек).

В сковороду с остатками масла положить лук, имбирь, влить бульон (любой), добавить фрикадельки и томить на огне до испарения жидкости.

Плавники акулы в коричневом соусе

(ХУНШАО ЮЙЧИ)

160 г плавников акулы, 5 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 10 г вина (или коньяка), 15 г свиного сала, 10 г крахмала, 8 г репчатого лука, 1 г перца хуацзё, 1 г соли.

Плавники акулы залить водой, прокипятить и оставить на слабом огне в отваре. Плавники откинуть, положить в сковороду с бульоном, влить соевый соус, вино, жженый сахар, положить глутаминат натрия, соль, довести до кипения, снять пену, струйкой впить крахмал, разведенный водой до средней густоты, перелить в десертную тарелку, полить хуацзею (салом, пережаренным с луком и перцем хуацзё).

Плавники акулы, жаренные с куриным филе, грибами сянгу и

ростками бамбука

(ПАСАНЬ СЫЧИ ЦЗЫ)

100 г плавников акулы, 50 г курицы, 20 г ростков бамбука, 21 г грибов сянгу, 15 г свиного жира, 20 г соевого соуса, 20 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 20 г крахмала, 5 г сахара, 1 г перца хуацзё, 1 г соли.

Вареную курицу (филе), подготовленные ростки бамбука и грибы сянгу нарезать соломкой. Плавники акулы ошпарить кипятком, откинуть и обязательно отжать от воды. На сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира влить соевый соус, глутаминат натрия, имбирь, соль, вино, крахмал, положить подготовленные продукты — курицу, ростки бамбука и грибы сянгу, обжарить и несколько раз перемешать.

Одновременно на отдельную сковороду положить плавники акулы, влить бульон, добавить глутаминат натрия, соевый соус, вино, соль, довести до кипения и снять пену. После этого впить крахмал, разведенный водой. Переложить на тарелку, сверху — грибы, ростки бамбука и курицу, попить приправой из сала и лука или пережаренным маслом с перцем и луком.

Плавники акулы тушеные

(ГАНЬКАО ЮЙЧИ)

120 г плавников акулы, 20 г ростков бамбука, 25 г ветчины, 5 г соевого соуса, 15 г свиного жира, 1 г имбиря, 10 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, 1 г перца хуацзё, 1 г соли.

Ростки бамбука и ветчину нарезать соломкой. Плавники акулы ошпарить кипятком и откинуть. В бульон положить ростки бамбука и ветчину, нарезанные соломкой, прокипятить и переложить на тарелку. Одновременно в другую сковороду влить бульон, положить плавники акулы, глутаминат натрия, имбирь, вино, прокипятить, положить на тарелку сверху ростков бамбука и ветчины, влить хуа-цзею (сало пережаренное с луком и перцем).

Подготовленные продукты положить на сковороду, впить бульон, добавить глутаминат натрия, имбирь, вино и довести до кипения. После этого снять пену и струйкой впить крахмал. Сначала на тарелку положить ростки бамбука и ветчину, а сверху — плавники акулы.

Плавники акулы, жаренные с омлетом

(ГУЙХУА ЮЙЧИ)

100 г плавников акулы, 2 яйца, 10 г вина (или коньяка), 15 г свиного сала, 1 г глутамината натрия, 1 г соли.

Плавники акулы ошпарить кипятком, откинуть и тщательно отжать от воды.

Яйцо вабить и налить на разогретую сковороду с небольшим количеством жира. Положить туда плавники акулы, глутаминат натрия, посолить, влить вино, немного бульона, обжаривая, несколько раз встряхнуть сковороду.

Мускул морского гребешка с ветчиной и омлетом

(ЧАОМУ СЮЙ ГАНЬБЭЙ)

100 г мускула морского гребешка, 40 г ветчины, 10 г вина (или коньяка), 2 яйца, 10 г свиного сала, 1 г глутамината натрия, 1 г соли.

Яйца взбить в миске, положить туда мускул морского гребешка, глутаминат натрия, соль, хорошо перемешать и вылить на сильно разогретую сковороду с жиром, добавить немного бульона, перемешать, посыпать сверху ветчиной, нарезанной мелкими кубиками.

Мускул морского гребешка, жаренный с куриным мясом

(ГАНЬБЭИ ШАО ЦЗИТУИ)

65 г- мускула морского гребешка, 95 г курицы, 10 г свиного жира, 1 г глутамината натрия, 10 г крахмала, 5 г соевого соуса, 5 г сахара, 1 г перца хуацзё, 1 г соли.

Мускул морского гребешка положить на сильно разогретую сковороду с небольшим количеством масла, добавив вареное мясо курицы (без кости), нарезанное ломтиками, глутаминат натрия, влить соевый соус, жженый сахар, немного бульона, довести до кипения, снять пену, струйкой влить крахмал, разведенный водой до средней густоты, полить хуацэею (свиным сапом, пережаренным с луком и перцем).

Речной краб, моченный в вине

(ЦЗУЙСЯ)

1 кг крабов, 100 г вина (или коньяка), 1 г перца хуацзё, 1 г имбиря, соль по вкусу.

Крабы промыть. Напить в кастрюлю 1 л воды, положить соль и перец хуацзё, прокипятить и остудить, добавить вино и имбирь.

Уложить крабы в плотно закрываемый сосуд, запить приготовленным раствором, плотно закрыть и мочить 3–5 дней.

Кальмары по-домашнему

(ЦЗЯЧАН ЮЮЙ)

200 г кальмаров, 150 г свинины, 200 г сельдерея, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 20 г вина (или коньяка), 3 г соли, 15 г соевого соуса, 30 г куриного жира, 10 г крахмала.

Кальмары нарезать ломтиками, ошпарить куриным бульоном (150 г). Свинину мелко нарубить, добавить немного соевого соуса, соли и перемешать. Сельдерей промыть, удалить листья, стебель нарезать поперек дольками длиной 2,5 см.

Куриный бульон (300 г) вскипятить, свинину обжарить в курином жире. Переложить в бульон, положить туда кальмары и тушить 3 минуты, затем добавить сельдерей и продолжать тушить до готовности, в конце приготовления блюда впить крахмал, разведенный водой (1:2), до получения киселеобразной массы.

Кальмары, жаренные с ростками, бамбука

(ЧАОЮЮЙ СУНЬСЫ)

300 г кальмаров, 60 г ростков бамбука, 30 г свиного жира, 10 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 15 г кунжутного масла, 15 г репчатого лука, 5 г уксуса, 20 г вина (или коньяка), 10 г чеснока.

Кальмары очистить от пленки и вместе с ростками бамбука нарезать соломкой, ошпарить кипятком.

В посуду налить 50 г бульона и положить все специи, хорошо перемешать.

Кальмары и ростки бамбука обжарить на сильно разогретой сковороде с небольшим количеством жира, влить смесь со специями, хорошо перемешать. (Жарятся кальмары очень быстро,

2–3 минуты).

Трепанги, жаренные со свининой

(ГУОЮЖОУ)

100 г трепангов, 70 г свинины, 1 яйцо, 12 г зеленого лука, 12 г чеснока, 20 г крахмала, 5 г соевого соуса, 20 г свиного жира, 1 г перца хуацзё, 1 г соли.

Трепанги нарезать ломтиками, ошпарить кипятком и откинуть. Чеснок очистить, разделить на дольки и нашинковать в длину. Зеленый лук нарезать маленькими кусочками, сырую свинину или корейку нарезать ломтиками, смочить в крахмале, смешанном с яйцом, обжарить во фритюре.

На сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира положить нашинкованные лук и чеснок, трепанги, свинину, впить соевый соус, немного бульона, довести до кипения, снять пену, влить струйкой крахмал, разведенный водой до средней густоты, полить хуа-цзею.

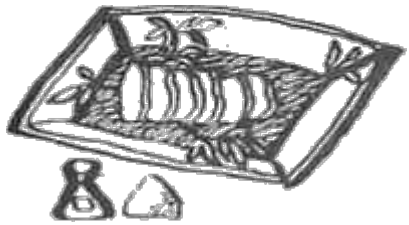
Трепанги, жаренные со свининой и курицей

(ШАОХАЙШЭНЬ ЧЖУЦЗИЖОУПЯНЬ)

95 г трепангов, 35 г курицы, 35 г свинины, 20 г свиного жира, 1 г глутамината натрия, 10 г соевого соуса, 20 г крахмала, 5 г сахара, 20 г вина (или коньяка), 1 г перца хуацзё, 1 г соли.

Обработанные трепанги, мякоть вареной свинины и филе вареной курицы нарезать ломтиками, ошпарить кипятком и откинуть. Подготовленные продукты положить на сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира, влить бульон, вино, добавить глутаминат натрия, жженый сахар. Довести до кипения, снять пену, влить струйкой крахмал, разведенный водой до средней густоты, попить хуа-цзею (салом, пережаренным с луком и перцем хуацзё).

Блюда из субпродуктов



Печень, жаренная по-китайски

(ЧАОГАНЬ ЦЗЯНЬ)

160 г печени, 30 г грибов муэр, 15 г свиного сала, 1 г глутамината натрия, 5 г уксуса, 5 г сахара, 12 г чеснока, 12 г репчатого лука, 10 г крахмала, соль по вкусу.

Сырую говяжью печенку нарезать ломтиками, ошпарить кипятком, откинуть на дуршлаг, отжать от воды, слегка обжарить во фритюре (опустить и тут же откинуть на дуршлаг) и переложить на сильно разогретую сковороду с жиром, добавив грибы муэр, ранее подогретые в бульоне, жженый сахар, шинкованные в длину дольки чеснока, репчатый лук, соевый соус, глутаминат натрия, соль, уксус, немного бульона, крахмал, разведенный водой. Несколько раз перемешать.

Свиная печень, фаршированная салом

(ШАОФЭН ЯНЬГАНЬ)

1 кг свиной печени, 100 г свиного сала, 15 г соевого соуса, 20 г вина (или коньяка), 2 г соли.

Печень нарезать продолговатыми пластинками длиной 3 см, шириной 15 см, затем пластинки проткнуть ножом с одного конца до другого, но не насквозь, а так, чтобы разрез был по центру. Положить в посуду, добавить соль, вино и соевый соус, мариновать 15–20 минут.

Сало отварить, посолить и нарезать полосками и положить в разрез печени, сало не должно быть видно снаружи, затем обжарить на сковороде с небольшим количеством масла.

Печень с болгарским пернем

(ЧЖУЧАНЬ ЛАЦЗЕ)

250 г свиной или говяжьей печени, 20 г крахмала, 1 стручок красного перца, 1 болгарский сладкий перец, 50 г растительного масла, 50 г вина (или коньяка), соль, перец по вкусу.

Печень промыть, нарезать мелкими тонкими кусочками и обвалять в крахмале. Сладкий перец очистить от семян и нарезать тонкой соломкой.

На разогретой сковороде с маслом быстро обжарить печень и добавить сладкий перец, обжарить и перемешать 1–2 минуты. Затем влить вино, тушить еще 3 минуты, посолить и поперчить.

Почки жареные

(ХУНШАО ЯОХУА)

6 шт. свиных почек, 2 луковицы с зеленью, 70 г растительного масла, 25 г вина (или коньяка), черный молотый перец, соль, глутаминат натрия по вкусу.

Почки обработать, нарезать тонкими лепестками. Лук мелко нарезать.

На большой сковороде нагреть масло, почки с репчатым луком обжарить, посыпать мукой, впить вино и посыпать перцем, напить 100 г воды или бульона. Полученную массу хорошо проварить. Добавить соль и глутаминат натрия.

Почки свиные фри

(ЖУАНЬ ЧЖА ЯОХУА)

500 г свиных почек, 500 г растительного масла (для фритюра), 1 яйцо, 50 г крахмала, 2 г соли, 25 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, перец хуацзё с солью.

Почки разрезать вдоль на две части, обработать, сделать надрезы в косую сетку и замариновать в смеси, состоящей из вина и глутамината натрия. Вбить в посуду яйцо, добавить крахмал и немного воды, хорошо перемешать, каждую почку обмакнуть в приготовленную смесь и обжарить во фритюре до образования

золотистой корочки. Переложить на тарелку и посыпать перцем хуацзё с солью.

Свиной желудок тушеный

(ХУЭЙ ДУСЫ)

500 г свиного желудка, 50 г ростков бамбука; 50 г грибов сянгу, 20 г свиного жира, 50 г соевого соуса, 5 г крахмала, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 1 г глутамината натрия.

Свиной желудок нарезать соломкой, ростки бамбука и грибы сянгу (можно любые) — ломтиками.

На сильно разогретую сковороду со свиным жиром положить лук, добавить 150 г бульона, ростки бамбука, грибы и свиной желудок, довести до кипения, влить соевый соус с крахмалом, разведенный водой.

Язык говяжий ароматичный

(ЦЗЯН НЮШЕ)

200 г говяжьего языка, 5 г соевого соуса, 10 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г глутамината натрия, 0,5 г имбиря, 5 г петрушки, укропа, кинзы, 1 г бадьяна, корицы, гвоздики, перца хуацзё.

Язык обработать, отварить со специями до готовности, снять кожу, охладить и нарезать ломтиками. Разложить язык веерообразно на тарелке. Полить жидкостью, в которой он варился.

Этим же способом готовят печенку свиную («цзянгонь»).

Язык свиной тушеный

(ШАО КОУТЯО)

2 шт. свиного языка, 15 г соевого соуса, 20 г растительного масла, 1 г глутамината натрия, 20 г крахмала, 25 г вина (или коньяка).

Язык отварить, очистить от кожи, нарезать ломтиками.

В сковороду влить 50 г бульона, соевый соус, вино, положить

язык, довести до кипения, убавить огонь и тушить в течение 10 минут. По готовности влить струйкой крахмал, разведенный водой, добавить глутаминат натрия.

Сердце утки, жаренное с луком

(ЦУНБАС Я СИНЬ)

200 г сердца, утки, 80 г репчатого лука, 10 г свиного сала, 10 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 5 г глутамината натрия, 1 г соли.

Сердце утки очистить, промыть, нарезать тонкими ломтиками и положить на раскаленную сковороду с жиром. Туда опустить нашинкованный репчатый лук, соевый соус, глутаминат натрия, соль, немного бульона, хорошо пожарить, непрерывно перемешивая, и переложить на десертную тарелку, полить кунжутным маслом.

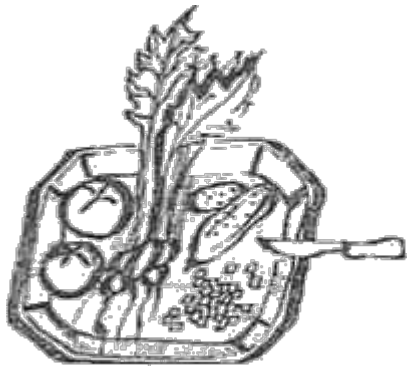
Жаркое из потрохов утки

(ЧАОШИ ЦЗЯНЬ)

200 г потрохов, 30 г грибов муэр, 5 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 15 г свиного жира, 5 г сахара, 1 г имбиря, 8 г репчатого лука, 8 г чеснока, 5 г крахмала, 1 г соли.

Сердце и печенку утки промыть, нарезать ломтиками, желудок разрезать на 4 части в длину и на каждой части сделать в косую клетку надрезы, но не прорезать до конца. Ошпарить в кипятке, промыть, откинуть, обжарить во фритюре и переложить на раскаленную сковороду с небольшим количеством жира. Добавить грибы муэр, соевый соус, глутаминат натрия, жженый сахар, соль, мелко нарубленный репчатый лук, чеснок, немного бульона, крахмал, разведенный водой, несколько раз перемешать и переложить на десертную тарелку.

Блюда из овощей



Помидоры и сладкий перец

(ФАНЬЧЭ ЛАЦЗЯО)

2 среднего размера головки репчатого лука, 2 болгарских перца, 4 помидора, 20 г сахара, 20 г крахмала, 25 г соевого соуса, 100 г воды, 50 г растительного масла, соль по вкусу.

Луковицы очистить, разрезать на 4 части и расчленить их на дольки, Из перцев вынуть семечки и нарезать соломкой, помидоры разрезать на 8 частей. В отдельной миске смешать сахар, крахмал, соевый соус и воду.

Масло разогреть на сковороде, около 2 минут обжарить лук, затем добавить помидоры, зеленый перец, специи, посолить. Хорошо перемешать и тушить на слабом огне в течение 15 минут, пока овощи не станут готовыми. Овощи должны быть мягкими, но не разваренными.

Капуста отварная

(АОБАЙЦАИ)

250 г капусты, 250 г вермишели из крахмала, 30 г растительного масла, 1 г глутамината натрия, репчатого лука, соль по вкусу.

Капусту нарезать кусочками 3х3 см, вермишель размочить, лук нашинковать.

В кастрюлю влить масло, нагреть, обжарить лук, влить 250 г бульона (куриного или мясного), опустить вермишель и капусту и на слабом огне варить до готовности, добавить глутаминат натрия. переложить на тарелку.

Каштаны с капустой

(ЛИЦЗЫШАО БАЙЦАЙ)

100 г каштанов, 600 г молодой капусты, 500 г растительного масла (для фритюра), 1 г глутамината натрия, 10 г сахара, 15 г крахмала, соль по вкусу.

Молодую капусту разрезать *от* головки до кочерыжки на 4 части, сохранив кочерыжку нетронутой. Каштаны надрезать крестом, только кожуру. Далее прокипятить до размягчения и отшелушить.

Сковороду с маслом поставить на огонь, нагреть до температуры 170°С, опустить каштаны, прожарить до золотистой корочки, откинуть на дуршлаг. Далее во фритюре, держа за кочерыжку, обжарить капусту и гут же откинуть.

Слить масло из сковороды, влить 200 г воды, поставить на огонь, при закипании положить капусту, каштаны, соль, глутаминат натрия, сахар и томить на среднем огне 4–5 минут.

Капусту и каштаны вынуть из бульона, положить капусту на блюдо кочерыжкой вниз, а листья расправить как цветок. Каштаны разложить по краям блюда. В бульон влить крахмал, при загустении полить капусту.

Кочанный салат жареный

(ЧАОСЯО БАЙЦАЙ)

1 крупный кочан салата, 25 г растительного масла, 1 долька чеснока, соль, 25 г соевого соуса.

Внешние листья салата снять, оставшиеся листья хорошо промыть и нарезать на кусочки шириной 1–2 см. На большой сковороде разогреть масло, несколько секунд обжарить чеснок. Затем положить гуда салат, посолигь. Жарить 2 минуты, постоянно помешивая, сбрызнуть соевым соусом, сковороду плотно накрыть и тушить 1 минуту. Сразу подавать к столу.

Шпинат жареный

(ЧАО БОЦАЙ)

500 г свежего шпината, 1 головка репчатого лука, 25 г растительного масла, соль, перец, 25 г соевого соуса (по желанию).

Шпинат очистить и хорошо промыть, откинуть, листья оставить целыми, не резать. Лук нарезать мелко. Масло разогреть на большой сковороде. Несколько секунд обжарить лук, добавить шпинат, посолить, поперчить и продолжать жарить 2–3 минуты, постоянно помешивая. Как только шпинат станет мягким, попить его соевым соусом и потушить еще 1 минуту.

Баклажаны с чесночным соусом

(СУАНЬШАО ЦЕЦЗЫ)

1 кг баклажанов, 30 г растительного масла, 5 г чеснока, 100 г свинины или говядины, 2,5 г соли, 10 г сахара, 30 г соевого соуса, 10 г уксуса, 10 г зеленого лука.

С баклажанов снять кожицу, нарезать кубиками. Мясо мелко нарубить. Чеснок измельчить. Зеленый лук нашинковать.

Растительное масло нагреть в скороде до 18 °С. Жарить баклажаны до мягкости. Баклажанные кубики выложить на салфетку, промокнуть масло.

В сковороде нагреть растительное масло, положить чеснок и мясо, обжарить, добавив соль, сахар, соевый соус и мясной бульон (250 г), довести до кипения. Положить туда баклажаны и тушить в течение 1 минуты. Полить уксусом, посыпать луком.

Баклажаны, жаренные с зеленым горошком

(СУШАОЦЕЦЗЫ ВАНЬДОУ)

150 г баклажанов, 50 г зеленого горошка, 30 г кунжутного масла, глутаминат натрия, 5 горошин перца хуацзё, 30 г растительного масла.

Баклажаны промыть, очистить, удалить семена, разрезать ломтиками и замочить в подсоленной холодной воде.

Баклажан откинуть, обжарить на сковороде с растительным

маслом, добавить зеленый горошек, перемешать, влить кунжутное масло, пережаренное с перцем хуацзё.

Баклажаны фаршированные

(ЦЗЯНЬ ЦЕНЗЫ)

250 г баклажанов, 150 г свиного фарша, 50 г муки, 2 яйца, 15 г вина (или коньяка), 15 г кунжутного масла, соль, 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, соевый соус и перец обжарить в масле (20 г), 1 г глутаминат натрия.

С баклажанов срезать кожицу, вынуть семена, разрезать вдоль, но не до конца. В свиной фарш добавить белок, соль, кунжутное масло вино, лук, имбирь, хорошо перемешать. Фарш положить между дольками баклажанов, вбить яйца в миску, добавить 30–40 г воды и муки, хорошо взбить.

Сковороду поставить на огонь, раскалить, впить растительное масло, нагреть до температуры 130 °С, смочить баклажаны в яично-мучной смеси и прожарить с обеих сторон до золотистого цвета. Переложить в тарелку, полить соусом.

Баклажаны фаршированные отварные

(ЦЗЯНЬЖАНСЯНЬ ЦЕЦЗЫ)

500 г баклажанов, 150 г рыбы, 150 г мякоти свинины, 25 г крахмала, 5 г чеснока, 15 г сахара, 75 г растительного масла, 15 г соевого соуса.

Баклажаны подготовить, промыть, очистить, удалить семена, разрезать вдоль на две соединенные в конце половинки. Баклажаны замочить в холодной воде на 15–20 минут.

Салфеткой снять влагу с баклажанов, посыпать две половинки с внутренней стороны крахмалом. Рыбу и свинину мелко нарубить, перемешать, полученную массу положить между половинками баклажанов и обжарить с двух сторон на сковороде.

Сковороду с маслом нагреть, обжарить чеснок, добавить сахар, соевый соус, 150 г воды, положить баклажаны и тушить 10 минут. Влить крахмал, разведенный водой.

Фасоль жареная

(ЮМЭНЬ БЯНЬДОУ)

250 г стручковой фасоли, 30 г куриного жира, соль по вкусу, 5 горошин перца хуацзё, 1 г глутамината натрия.

Фасоль перебрать, промыть и ошпарить кипятком.

Сковороду с небольшим количеством куриного жира поставить на огонь, разогреть, обжарить фасоль, добавив соль, глутаминат натрия. Переложить на тарелку и полить жиром с перцем. Перец опустить во фритюр, переложить на тарелку и полить куриным жиром, пережаренным с перцем.

Шампиньоны, жаренные с фасолью

(ЧАОСЯНСЮНЬ БЯНЬДОУ)

150 г шампиньонов, 150 г стручков фасоли, 20 г кунжутного масла, 10 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 5 горошин перца хуацзё, 10 г кунжутного масла, 25 г растительного масла.

Обработанные шампиньоны нарезать ломтиками. Стручки фасоли перебрать, удалить жилки, соединяющие створки, разрезать ломтиками.

Шампиньоны и фасоль ошпарить кипятком. Тут же положить смесь на сильно разогретую сковороду с растительным маслом. Обжарить, добавив соевый соус, соль и глутаминат натрия, неоднократно помешивать. Влить кунжутное масло, пережаренное с перцем хуацзё. Переложить на тарелку.

Ростки гороха маш жареные

(ПЭН ДОУЯЦАЙ)

2 50 г ростков гороха маш, 15 г кунжутного масла, 20 г уксуса, немного соли, 10 г репчатого лука, 1 г имбиря, 5 горошин перца хуацзё.

Сковороду с маслом поставить на огонь, раскалить и обжарить перец хуацзё.

Опустить ростки гороха и обжарить на сильно раскаленной сковороде с маслом и перцем хуацзё. Постоянно помешивая, влить уксус, переложить на тарелку.

Тыква тушеная

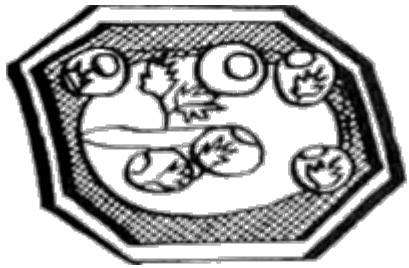
(ХУНШАО НАНЬГУА)

1 небольшая тыква, 1 долька чеснока, 25 г растительного масла, соль, 25 г соевого соуса.

Тыкву очистить, вынуть семечки, нарезать кубиками величиной 1 см. Чеснок мелко нарубить.

На большой сковороде разогреть масло, несколько секунд обжарить чеснок. Затем положить туда тыкву, посолить, жарить 2 минуты, постоянно помешивая. Сковороду накрыть крышкой и тушить около 8 минут. В последний момент полить соевым соусом. Тыква должна быть «стекловидной», но не совсем мягкой.

Блюда из яиц



Глазунья

(ЦЗЯНЬ ЦЗИДАНЬ)

6 яиц, масло, зелень петрушки и соевый соус по вкусу.

Зелень петрушки мелко нарезать.

Нагреть масло до кипения в глубокой сковороде. Влить туда яйца. Когда белок приобретет золотистый цвет, а желток будет еще мягким, выложить их на тарелку и разрезать каждое яйцо на 4 части, посыпать петрушкой, сбрызнуть соевым соусом.

Омлет со свежими огурцами

(ГУЙХУА ХУАНГУАДИН)

2 яйца, 50 г свежих огурцов, 15 г свиного жира, соль по вкусу.

Взбить сырые яйца в посуде, положить туда свежие огурцы, нарезанные кубиками, соль, глутаминат натрия, перемешать и вылить смесь на сильно разогретую сковороду с жиром, добавить немного бульона, несколько раз перемешать.

Омлет с томатами

(ФАНЬЧЭ ЧАОДАНЬ)

5 яиц, 5 помидоров, 10 г сахара, 30 г растительного масла, 5 г соли, 1 г глутамината натрия.

Яйца взбить, помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу и

разрезать на 4 части.

На сильно разогретую сковороду с маслом влить взбитые яйца, поджарить с обеих сторон до образования румяной корочки, разрезать на 8 частей, положить помидоры, соль, сахар и обжарить до готовности (минут 8-10).

Омлет в бульоне

(ЦЗИДАНЬТАН)

25 г зеленого лука, 4 яйца, 25 г вина (или коньяка), соль и черный молотый перец по вкусу, 20 г соевого соуса.

Лук мелко нашинковать. В посуду вбить яйца, добавить соль, перец и лук, хорошо перемешать.

Во взбитые яйца при постоянном помешивании влить 250 г горячей воды или мясного бульона. Полученную массу перелить в смазанную жиром форму и поставить в пароварку на 25–30 минут. Готовый омлет с бульоном сбрызнуть соевым соусом, сервировать нарезанными крабами.

Омлет кусочками в сахарной пудре

(ГУАШУАН ДАНЬКУАЙ)

6 яиц, 500 г растительного масла, 80 г крахмала, 100 г сахара

Взбить 4 яйца, добавить 50 г крахмала, перемешать и влить на сильно разогретую сковороду с маслом, обжарить с двух сторон. Полученный блин остудить, нарезать косыми ромбиками. Взбить еще 2 яйца, смешать их с крахмалом.

Разогреть сковороду с маслом, кусочки омлета смочить в яйце с крахмалом и обжарить во фритюре до золотистого цвета. Готовый омлет посыпать сахарной пудрой.

Омлет с цветами хуанхуа

(ХУАНХУА ЦЗИДАНЬ)

50 г цветов хуанхуа, 20 г репчатого лука, 2 яйца, 15 г свиного сала, 10 г глутамината натрия, 1 г имбиря, соль по вкусу.

Полуфабрикат цветов хуанхуа нарезать длиной 2–3 см.

Репчатый лук нарезать кубиками и положить на раскаленную сковороду с жиром, прожарить, положить цветы, глутаминат натрия, соль, имбирь.

На сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира влить взбитые яйца, добавить немного бульона, прожарить, положить обжаренные цветы, несколько раз перемешать.

Яйца копченые

(СЮНЬДАНЬ)

10 яиц, 50 г сахара, 20 г байхового чая, 150 г лука, 5 г масла кунжутного, 3 г соли, 50 г репчатого лука.

Яйца отварить в воде 30 минут, остудить и очистить от скорлупы. Положить в кастрюлю, залить кипятком, добавить соль и лук, и держать в закрытой кастрюле в течение получаса.

Яйца уложить на решетку, поставить в Коптильный шкаф, сахар и чай посыпать на угольки и коптить 30 минут. После копчения яйца приобретут желто-коричневый цвет. Смазать их кунжутным маслом.

Утиные яйца сунхуа фри с подливой

(ЦЗЯОМО СУНХУА)

3 утиных яйца, 500 г растительного масла, (для фритюра), 50 г муки, 20 г репчатого лука, 10 г чеснока, 1 г имбиря, 25 г вина (или коньяка), 1 г глутаминага натрия, 5 г уксуса, 15 г соевого соуса, 10 г крахмала.

Утиные яйца очистить, разрезать каждое на 6 долек, обвалять в муке. Лук, имбирь, чеснок мелко нарубить, положить в посуду вместе с глутаминатом натрия, вином, уксусом, соевым соусом, крахмалом, разведенным в холодной воде, и хорошо перемешать.

В сковороду налить масло, сильно нагреть и по одной дольке опустить яйца во фритюр, прожарить 2–3 минуты до золотистого цвета. Масло слить, оставив немного, и влить смесь специй, когда соус загустеет, опустить яйца сунхуа.

Утиные яйца сунхуа фри с чесноком и луком

(ЛЮ СУНХУА)

2 яйца, 15 г свиного жира, 1 г глутамината натрия, 10 г соевого соуса, 12 г репчатого лука, 3 г имбиря, 12 г чеснока, 5 г уксуса, 10 г муки, 5 г сахара, 30 г крахмала, соль по вкусу.

Утиные яйца сунхуа очистить, разрезать на 8 долек, обвалять каждую дольку в муке, смочить в смеси яйца с крахмалом, разведенным водой, обжарить во фритюре и откинуть на дуршлаг.

Одновременно в сковороду с маслом положить нашинкованный репчатый лук, нарезанные в длину дольки чеснока, соевый соус, уксус, сахар, немного бульона. Крахмал, разведенный водой, перемешать и вылить в сковороду со специями. Дать закипеть и положить ранее обжаренные во фритюре яйца. Перемешать и переложить приготовленное блюдо в тарелку.

Мучные блюда, рис

Рис

(ДАМИ)

Рис — основной продукт населения многих стран Азии и Тихого океана. В Китае, Японии, Корее, Индии и других странах рис заменяет хлеб и мучные изделия.

Рис делится на многие сорта, исходя из районов произрастания, и различается по вкусу. У нас, в Советском Союзе, очень вкусный рис выращивают в Средней Азии и Краснодарском крае, который не уступает зарубежным странам. В магазинах рис продают 2 сортов.

Варят рис следующим образом. Рис нужно тщательно перебрать, удалить примеси: семена сорняков, комочки почвы, пожелтевшие рисинки, пересыпать в алюминиевую кастрюлю (эмалированная не пригодна для варки риса, т. к. он прилипает ко дну и пригорает) и промыть. При мойке рис протирают ладонями и меняют воду до тех пор, пока она не станет прозрачной. Примерно 5–6 раз. Обычно берут следующую пропорцию: стакан риса на 2 стакана воды, ставят на сильный огонь. После закипания, как только вода впитается в рис, огонь убавить до минимума, и под кастрюлей поставить кружок для рассеивания огня. Через 30 минут рис готов. После этого рис разрыхлить вилкой и закрыть крышкой (рис варится только с закрытой крышкой). Иногда рекомендуют рис слегка посолить и добавить 1–2 чайные ложки масла, но это уже дело вкуса. Рис, сваренный таким образом, становится рассыпчатым.

В ресторанах и в домашних условиях, когда риса необходимо

большое количество, его варят на пару. Для этого промытый рис высыпают в кастрюлю с большим количеством кипящей воды (на 1 кг риса 6 л воды), варят до полуготовности, помешивая его. Затем перекладывают на решетку пароварки с заранее расстеленной марлей, концы марли связывают и варят на пару до полной готовности. Рис, сваренный этим способом, не только рассыпчатый, но и отличается отменным вкусом.

Из риса готовят также жидкую кашу, которая обычно идет на завтрак. Рис перебирают, промывают, как описано выше, и варят в кастрюле из расчета 1 л воды на 100 г риса до полной готовности сначала на сильном огне, затем на слабом.

Жареный рис с луком и яйцами

(ДАНЬЧАОФАНЬ)

2 головки лука, 2 яйца, зелень петрушки, 25 г масла, 2 чашки вареного холодного риса, 20 г соевого соуса.

Нарезать лук тонкими кольцами, Взбить в посуде яйца, туда же насыпать мелко нарубленную зелень петрушки.

Обжарить лук в масле до золотистого цвета. Добавить рис, хорошо перемешать и жарить, постоянно помешивая, в течение 5 минут. В полученную массу влить взбитые яйца, продолжая помешивать, довести до готовности. Заправить соевым соусом.

Жареный рис с креветками и сладким перцем

(ЧАОФАНЬ ЦЗЯ СЯЖЭНЬ)

250 г креветок, 1 головка лука, зелень, 1 шт. зеленого свежего перца, 30 г соевого соуса, 200 г вареного холодного риса.

Креветки очистить от панциря. Ошпарить кипятком. Лук вместе с зеленью мелко нарезать. Перец вымыть, удалить семена и нарезать тонкими ломтиками.

На горячую сковороду с маслом выложить лук и креветки, слегка обжарить. Добавить зеленый перец и залить соевым соусом, положить туда рис, и, помешивая, хорошо его разогреть. При подаче на стол посыпать яичной соломкой.

Жареный рис, пикантный

(СЕЖОУ ЧАОФАНЬ)

100 г свиного филе, 4 шампиньона, 1 головка лука и зелень, 1 ломтик копченого лосося, 25 г масла, 2–3 чашки вареного холодного риса, щепотка соли, 50 г нарезанных крабов, 1 яйцо, 20 г соевого соуса.

Свиное филе нарезать тонкой соломкой. Шампиньоны — ломтиками, лук мелко нарубить, лосось нарезать гонкими кусочками.

Масло разогреть на сковороде. Лук, свинину и шампиньоны обжарить в течение 2–3 минут. Добавить гуда рис и соль, хорошо перемешать и обжарить 6–8 минут. Выложить на сковороду крабы, помешать, полученную массу сдвинуть на края сковороды, в середину вбить яйцо. Когда масса загустеет, сбрызнуть соевым соусом, украсить зеленым луком и кусочками лосося.

Плов по-янчжоуски

(ЯНЧЖОУ ЧАОФАНЬ)

1,5 кг рисовой крутой каши, 50 г свинины, 50 г копченого окорока, 50 г белых грибов (размоченных), 50 г зеленого горошка консервированного, 3 яйца, 50 г куриного филе, 100 г свиного жира, 10 г соевого соуса, 25 г вина или коньяка), 30 г ростков бамбука, 10 г соли, 1 г глутамината натрия, 30 г репчатого лука.

Отварить куриное филе и вместе со свининой мелко нарезать, окорок, грибы, ростки бамбука измельчить в виде кубиков. Репчатый лук нашинковать мелкими квадратиками. Яйца взбить.

На сковороде растопить 50 г свиного жира, нагреть, влить взбитые яйца, прожарить до образования румяной корочки, затем переложить в посуду. В разогретую сковороду добавить еще 50 г свиного жира, обжарить лук и свинину, влить соевый соус и вино, ввести ростки бамбука, грибы, зеленый горошек, и куриное филе, далее положить рис и обжаренные яйца, хорошо перемешать, добавить соль, глутаминат натрия, прожарить и переложить в большое блюдо.

Лапша с соусом далу

(ДАЛУМЯНЬ)

Для соуса «Далу» надо: 133 г вареного куриного филе (можно добавить трепанги, мускулы морского гребешка, креветки свежие или сушеные, устриц, крабы, кальмары отварные и т. д.), 30 г крахмала, 20 г вина (или коньяка), 10 г кунжутного масла, 10 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 1 яйцо, 10 г сахара, чеснок (по вкусу) подать отдельно, 200 г бульона.

Замесить крутое тесто и дать ему полежать 3–4 часа. Тесто перемесить, смачивая поверхность раствором соды и соли, после чего тесту дать постоять. Затем тесто (весом около 3 кг) снова, смочить раствором соли и соды, раскатать в виде батона. Концы теста вытянуть на весу, сложить петлей, скрутить жгутами, снова его растянуть и сложить петлей, а затем опять скрутить жгутом. Растягивая и скручивая жгут то вправо, то влево, продолжать эту операцию до тех пор, пока нити теста не станут одинаковой толщины по всей длине.

Подготовленное таким образом тесто положить на стол, вытянуть и сложить вдвое, посыпать мукой и снова растянуть, пока не получится лапша такой толщины, как вермишель. Эту лапшу отварить, промыть холодной водой и переложить в глубокую тарелку. Подают лапшу с соусом «Далу».

Соус:

В сковороду налить заправленный куриный бульон, добавить вино, соевый соус, имбирь, соль, филе курицы, нарубленное ломтиками (ломтики трепангов, мускулов морского гребешка, креветок, устриц, крабов, кальмаров и т. д.) и довести до кипения, снять пену, помешивая, струйкой влить крахмал, разведенный водой (1:2), затем положить взбитое яйцо. По готовности добавить кунжутное масло и глутаминат натрия. Подать отдельно в пиале. Полить лапшу соусом.

Лапшу можно приготовить весьма простым способом. Для этого замесить крутое тесто, дать постоять минут 30–40. После этого тесто раскатать в тонкий пласт, и не разрезая, круто посыпать мукой, сложить в виде гармошки, нарезать соломкой.

Лапшу положить в кипящую воду и варить до готовности, после чего откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой. При подаче обдать кипятком, чтобы была теплой.

Соус «чжацзян»

150 г вареной свинины, 50 г соевой пасты натуральной, 30 г свиного жира, 25 г лука, 25 г чеснока, 10 г соевого соуса, 20 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, 1 г глутамината натрия, 200 г куриного бульона.

Свинину и лук пропустить через мясорубку. Полученную массу положить в сковороду с жиром, нагреть и, помешивая, прожарить. Затем добавить соевую пасту, влить 50 г бульона, соевый соус, вино, посыпать солью и имбирем и томить до тех пор, пока смесь не загустеет. Этим соусом полить лапшу.

Жареная лапша

(СУМЯНЬ)

400 г муки, 2 яйца, 5 г соли, 50 г масла.

Высыпать на доску муку, сделать в ней углубление, вбить туда яйца, посолить и, понемногу подливая воду, замесить крутое тесто. Тесто разделить на 3 части. Каждую посыпать мукой, тонко раскатать, разрезать на полоски шириной 5 см и нарезать соломкой.

Разогреть масло в глубокой сковороде и положить туда лапшу. Жарить ее до золотистого цвета. Лапша должна быть хрустящей. Лучше всего жарить лапшу в форме в открытой духовке. Лапша быстро подрумянивается, стадия готовности легко определяется на глаз.

Лапша с куриной печенью

(ЮЧЖАМЯНЬ)

250 г лапши, 250 г куриной печени, 250 г шампиньонов, 20 г соевого соуса, 2 головки лука, зелень петрушки, копченый лосось, яичная соломка (по желанию), 50 г масла, 200 г куриного бульона, 5 г крахмала (по желанию), 1 г глутамината натрия.

Лапшу варить в подсоленной воде около 10 минут, откинуть на дуршлаг, отцедить воду. Куриную печень и шампиньоны нарезать ломтиками, полить соевым соусом и дать постоять в течение 10 минут. Лук нарезать крупно, петрушку — мелко. Лосось нарезать тонкой соломкой.

На большой сковороде нагреть масло и обжарить в нем лапшу до золотистого цвета, затем выложить лапшу в посуду и поставить ее в теплое место, чтобы лапша не остыла. На сковороде вновь нагреть масло и обжарить на ней лук, затем выложить на сковороду куриную печень и шампиньоны, обжарить 3–4 минуты, постоянно помешивая. После этого влить туда

куриный бульон и варить в течение 10 минут, Для густоты можно добавить кукурузный крахмал. Полученную массу вылить на лапшу, украсить зеленью петрушки, ломтиками лосося и яичной соломкой. Подавать в горячем виде.

Пельмени по-китайски

(ЦЗЯОЦЗЫ)

75 г муки, 45 г свинины, 20 г креветок, 40 г репчатого лука, 12 г чеснока, 1 г имбиря, 25 г соевого соуса, 15 г кунжутного масла, 25 г воды, 1 г соли, 1 г черного молотого перца, 5 г уксуса.

Свинину провернуть через мясорубку, добавить воду, репчатый лук, имбирь, креветки, соевый соус, кунжутное масло, соль, хорошо перемешать.

Затем замесить крутое место на воде, раскатать маленькие круглые лепешки, положить на них приготовленный фарш, защепить и опустить в кипяток, помешивая, чтобы не слиплись. Когда пельмени всплывут на поверхность, подлить немного холодной воды. Это повторять 3–4 раза для того, чтобы фарш хорошо проварился. По готовности откинуть и переложить на тарелку.

Отдельно подать соевый соус с кунжутным маслом и уксусом (в него можно добавить чеснок или горчицу).

Оладьи фри хрустящие

(СУБИН)

250 г муки, 250 г свиного жира, (для фритюра), 50 г репчатого лука, 50 г сала, 40 г копченого окорока, 1 яйцо, 40 г семян кунжута, 5 г соли.

100 г муки всыпать в 50 г топленого свиного жира, перемешать и скатать в тесто, 150 г муки всыпать в 30 г свиного жира, добавить 50 г воды и замесить тесто.

Лук мелко нарубить, переложить в посуду, добавить мелко нарубленное сало и окорок, хорошо перемешать до образования однородной массы в виде фарша.

Тесто, замешанное на жире и воде, раскатать в блин диаметром 150 мм, положить тесто, замешанное на свином жире, несколько размять рукой, сформовать в круглый шар и скалкой

раскатать в длинную полоску толщиной 2 мм, длиной 200 мм. Далее полоску сложить втрое, вновь раскатать в длинную полоску, сложить и раскатать в квадратную лепешку толщиной 2 мм, скрутить в рулет и скатать в длинный жгут, разрезать на 12 частей.

Каждую часть раздавить в круглую лепешку диаметром 8 см. Приготовленный фарш разделить на 12 частей и на каждую лепешку положить часть фарша, края лепешки собрать в центре кувшинчиком, снова раздавить в лепешку диаметром 8 см.

Яйцо взбить, обмакнуть лепешку с двух сторон в яйце, обвалять в семенах кунжута.

В сковороду налить немного масла, обжарить лепешки с обеих сторон до золотистого цвета, затем опустить во фритюр со свежим жиром и жарить при температуре 130 °С до слегка коричневого цвета (нельзя жарить в горячем или сильно горячем фритюре, ибо лепешки должны быть хрустящими)

Пампушки

(МАНЬТОУ)

1 кг муки, 20 г дрожжей, 3 г соды.

Дрожжи развести в теплой воде (200 г), добавить 300 г муки, замесить жидкое тесто и оставить в течение 1–1,5 часа. Тесто несколько раз обмять, добавить еще 200 г воды и 700 г муки, вновь замесить, дать подойти и еще раз обмять. Соду развести в воде (120 г), облить тесто и хорошо обмять.

Готовое тесто нарезать кусочками по 50-100 г, скатать в шарики и оставить на доске, чтобы тесто поднялось, после чего положить на сетку пароварки и варить минут 10–15.

Пампушки фигурные

(ХУАЦЗЮАНЬ)

Тесто замесить, как для пампушек. Взять 400 г теста, раскатать скалкой в большой блин, толщиной около 0,5 см. Поверхность блина смазать растительным маслом, посыпать солью. Блин скрутить трубочкой, разрезать на отдельные колбаски длиной 5–7 см, надрезать в центре вдоль колбаски, оставить горцы нетронутыми, затем большим пальцем руки тесто

от центра вправо и влево выкрутить до конца. Положить на стол и дать пампушкам подняться, после чего варить на пару.

Пампушки фаршированные

(БАОЦЗЫ)

300 г свинины, 200 г говядины, 300 г капусты, 30 г соевого соуса, 50 г кунжутного масла, 300 г репчатого лука, 20 г соли, 50 г бульона, 2 г имбиря, 3 г глутамината натрия, 2 г черного молотого перца.

Свинину, говядину, капусту, лук мелко порубить, смешать, добавить все специи и бульон, хорошо перемешать (лучше всего мешать только по часовой стрелке).

Замесить дрожжевое тесто (как для пампушек). Готовое тесто скатать в жгут, нарезать кусочками по 20–30 г. Каждый кусочек раскатать в лепешку, положить в центр фарш и зашипеть. Для этого поднять края лепешки и на верхушке защипать как кувшинчик (то есть как в узбекской кухне защипывают манты). Дать немного подняться тесту и варить в пароварке.

Лепешки

(ЦЗЯЧАНБИН)

400 г муки (из расчета на 5 лепешек)

Замесить из 300 г муки крутое тесто. Оставшуюся муку заварить кипятком и также замесить крутое тесто. Затем два вида теста соединить, хорошо перемешать до получения однородной массы, дать постоять, скатать в ровный жгут и нарезать кусочками.

Каждый кусочек раскатать в виде блина толщиной 0,5 см, смазать растительным маслом, слегка посолить, скатать в трубочку и, прижимая один конец, свернуть в виде спирали, конец подвернуть к центру и размять ладонью в лепешку. Далее раскатать скалкой и обжарить с обеих сторон на сковороде с большим количеством масла. При этом несколько раз перевернуть лепешку, чтобы лучше прожарить.

Лепешки с луком

(ЦУНХУАБИН)

Тесто замешивают, как в рецептуре «Лепешка». Раскатать блин, на него положить рубленное свиное сало с луком, свернуть трубочкой. См. рецептуру «Лепешка».

Лепешки фаршированные

(СЯНЬБИН)

Замесить тесто по рецептуре «Пампушки». Раскатанный жгут нарезать на кусочки весом 50 г. Каждый кусочек раскатать в блин, положить в центр фарш (такой же, как для пельменей), защипать кувшинчиком, перевернуть и ладонью сформовать блинчик. Далее слегка подправить скалкой и жарить на сковороде с большим количеством масла.

Бульоны и супы

В китайской кухне наиболее распространены прозрачные супы. Бульоны для них приготовляют в основном из кур, но используются также кости птицы и свиные ножки. Бульоны отличаются хорошим вкусом и ароматом, так как исходные продукты содержат большое количество экстрактивных веществ. Рыбные и мясные бульоны в Китае почти не используются.

Чтобы бульон, был прозрачным, его осветляют (оттягивают), применяя куриное филе (белое мясо от грудной части курицы), мякоть свинины, белки яиц и квасцы (для этого квасцы размельчают в порошок, разводят водой и добавляют в кипящий бульон). Через несколько минут на поверхности бульона образуется белая пленка, которую следует снять. После того как бульон прокипит, его снимают с огня и удаляют оставшуюся пленку. В ресторанах прозрачный куриный бульон готовят следующим способом:

Прозрачный куриный бульон

(БАЙЦЗИТАН)

800 г курицы, 500 г свиных ножек, 150 г свинины, 50 г муки, 50 г свежего имбиря или 3 г сушеного имбиря, 30 г вина (или коньяка), 10 г соли, 5 г глутамината натрия, 1 г молотого черного перца, 50 г репчатого лука.

Курицу обработать, снять филе, свиные ножки зачистить и хорошо промыть, куриное филе и мягкость свинины отдельно пропустить через мясорубку и залить каждый фарш 250 г воды, помещенные в 2 миски. Лук крупно нарезать, свежий имбирь разбить ножом.

В алюминиевую кастрюлю налить 2 л воды, положить курицу и свиные ножки, при закипании снять пену и варить на слабом

огне до готовности. Курицу и свиные ножки выложить из бульона, промыть холодной водой. Далее в бульон положить свиной фарш, перемешать и дать бульону нагреться до закипания. Перед тем как бульон закипит, огонь надо максимально убавить (ни в коем случае нельзя, чтобы бульон сильно кипел, так как фарш при этом может потерять комкообразную-форму и бульон будет мутным), фарш при этом всплывет на поверхность, его надо чумичкой осторожно снять, сделать из него лепешечки и остудить. После этого курицу, свиные ножки, лук и имбирь вновь положить в бульон и при слабом кипении варить до полной готовности. Курицу, свиные ножки, имбирь выложить из бульона, образовавшийся жир при варке снять, добавить в бульон вино и куриное филе, пропущенное через мясорубку и разведенное в воде, перемешать и дать бульону нагреться до закипания, выложить всплывший фарш из куриного филе и из него сделать лепешечки. Бульон будет совершенно прозрачным, опустить в него лепешечки, посолить, добавить черный молотый перец и глутаминат натрия. Бульон еще некоторое время подержать на огне при очень слабом кипении. Кастрюлю закрыть крышкой.

Готовый бульон используют для приготовления заправочных супов с деликатесными гарнирами. В качестве гарниров к прозрачным супам в китайской кухне подают ласточкино гнездо, плавники акулы, трепанги, устрицы, крабы и другие продукты.

Этот же бульон выпаривают так, чтобы жидкости осталось половина от первоначального количества. Бульон становится высоко концентрированным, при остывании на холоде — холодцом.

Бульон обычный

(ЦИНТАН)

500 г курицы, 500 г свиных костей, 500 г головы, шейки, костей курицы, 30 г репчатого лука, 3 г имбиря (порошок), 10 г соли, 5 г глутамината натрия, 30 г вина (или коньяка).

Курицу, свиные кости, голову, шейку курицы положить в кастрюлю, налить 3 л холодной воды, довести до кипения, снять пену и варить 1 час на слабом огне. Курицу выложить, использовать для других целей. Бульон еще нужно варить 1,5 часа. После чего добавить лук, имбирь, соль, затем варить при слабом кипении до полной готовности, влить вино, в конце тепловой обработки добавить глутаминат натрия. Бульон отцедить в другую кастрюлю.

Бульон с помидорами и яичными хлопьями

(СИХУНШИ ШУАЙГО)

125 г помидоров, 1 яйцо, 10 г вина (или коньяка), 5 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 5 г кунжутного масла, 1 г имбиря (порошок), соль по вкусу.

Помидоры промыть, вырезать плотную часть у плодоножки, ошпарить кипятком, снять кожицу, нарезать мелкими дольками. Подготовленные помидоры положить в кастрюлю, влить готовый бульон (лучше куриный), довести до кипения, снять пену, влить гонкой струйкой предварительно взбитое яйцо, добавить специи.

Подать в пиале или глубокой тарелке. По желанию посыпать нарезанным зеленым луком или кинзой.

Бульон с яичными цветами

(ДАНЬХУАТАН)

1 небольшая головка репчатого лука, 2 яйца, 25 г растительного масла, соль и перец по вкусу, 20 г соевого соуса, 10 г уксуса, 1 г глутамината натрия.

Лук мелко нарезать. В яйца добавить растительное масло и хорошо взбить.

Влить яйца в кипящий бульон (800 г) через маленькую воронку, качая ее из стороны в сторону. Затем положить лук, посолить и поперчить. Поставить кастрюлю на огонь, добавить в бульон соевый соус, уксус и глутаминат натрия. Хорошо перемешать, еще раз вскипятить и подать на стол.

Бульон с молодой капустой

(БАЙЦАЙТАН)

500 г молодой капусты, 25 г свиного сала, 15 г сушеных креветок, соль, перец по вкусу, 5 г сахара, 30 г свинины.

Молодую капусту промыть, вырезать кочерыжку. Сушеные креветки размочить в горячей воде в течение 30 минут. Отварную свинину нарезать небольшими кусочками.

Молодую капусту разрубить продольно на 4 части, затем

каждую часть разрезать пополам. Костный бульон (300 г) вскипятить, добавить туда куриный бульон, сало, креветки и сахар. Томить 2–3 минуты.

В кастрюлю с бульоном положить нарезанную капусту, довести до кипения и тушить на слабом огне 4 минуты, перемешать и продолжать тушить еще 8-12 минут, капусту уложить на блюдо, посыпать солью, перцем и залить приготовленным соусом. Подавать в горячем виде. Соевый соус сервируется отдельно.

Суп со шпинатом

(БОЦАЙТАН)

250 г шпината, 1 головка лука, зелень, 2 г соли, 25 г растительного маета, 1–2 ломтика вареной ветчины, черный молотый перец по вкусу.

Шпинат хорошо очистить, промыть и крупно нарезать. Лук и ветчину мелко нарезать.

На сковороде с небольшим количеством масла слегка обжарить лук, добавить шпинат и прожарить. Содержимое сковороды положить в кастрюлю с куриным бульоном (800 г) и варить 2 минуты, посолить и поперчить по вкусу, затем опустить ветчину. Перелить суп в супницу и подавать на стол.

Бульон с огурцами и свининой

(ЧЖУЖОУ ХУАНГУАТАН)

1 небольшой свежий огурец, 100 г постной свинины, 25 г соевого соуса, 25 г вина (или коньяка), 20 г крахмала, 2 г сахара, 1 г глутамината натрия, соль по вкусу.

Огурец промыть и очистить, нарезать тонкими кружочками, слегка посолить. Свинину нарезать такими же тонкими ломтиками, положить в посуду, полить соевым соусом и вином, добавить крахмал. Дать настояться несколько минут.

В кипящий бульон (800 г) опустить огурцы, варить 1 минуту. Затем положить мясо и варить в течение 4–5 минут. Перед подачей посыпать сахаром и глутаминатом натрия.

Бульон из зеленой фасоли со свининой

(ЧЖУЖОУ ТОУЦЗЕТАН)

100 г мякоти свинины, 100 г зеленой фасоли, 25 г вина (или коньяка), соль и перец по вкусу, 1 г глутамината натрия.

Мясо хорошо промыть, нарезать кусочками. Фасоль крупно нарубить.

В бульоне (755 г) варить мясо минут 15, вынуть его шумовкой и, держа над кастрюлей, полить вином так, чтобы оно стекло в бульон. Мясо переложить в посуду. В кастрюлю опустить фасоль и варить до мягкости. Затем вновь положить мясо в бульон и варить вместе с фасолью в течение 3 минут, добавить туда соль, перец и глутаминат натрия.

Бульон со свининой, грибами муэр, цветами хуанхуа и яйцом

(МУСЮЙТАН)

60 г вареной свинины, 20 г грибов муэр, 20 г цветов хуанхуа, 1 яйцо, 1 г глутамината натрия, 5 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 10 г вина (или коньяка), 2 г имбиря, соль по вкусу.

Вареную свинину нарезать соломкой, цветы хуанхуа длиною 2–3 см и положить вместе с грибами муэр в кастрюлю с кипящим бульоном. Когда бульон вновь закипит, снять пену, струйкой влить взбитое яйцо, добавить специи, перелить в глубокую тарелку, влить кунжутное масло.

Бульон по-шаньдунски

(ШАНЬДУН ХАЙШЭНЬ)

100 г трепангов, 60 г вареной свинины, 12 г зеленого лука, яйцо, 1 г глутамината натрия, 5 г кунжутного масла, 10 г вина (или коньяка), 5 г соевого соуса, 1 г имбиря, 1 г черного молотого перца, 5 г уксуса, соль по вкусу.

Трепанги, вареную свинину и блинчики из яиц нарезать ромбиками, подогреть в бульоне, добавить специи, влить кунжутное масло, уксус, положить мелко нарубленный зеленый лук, черный молотый перец, перелить в глубокую тарелку.

Суп со свининой и шпинатом

(ТУНЬЖОУСЫ БОЦАЙТАН)

100 г свинины, 150 г шпината, 100 г вермишели из крахмала, 25 г соевого соуса, 2 г соли, 1 г глутамината натрия, 5 г масла кунжутного, 15 г репчатого лука.

Подготовленную свинину нарезать соломкой, шпинат крупно нарезать, вермишель размочить. Вскипятить (1л) бульона (или воды), опустить свинину соломкой, шпинат, вермишель, влить кунжутное масло, положить глутаминат натрия, репчатый лук, при закипании снять пену. Суп со свининой и шпинатом разлить по глубоким тарелкам.

Бульон с фрикадельками и зеленым горошком

(ЧУАНЬИНТАО ВАНЬЦЗЫ ЦЗЯ ВАНЬДОУ)

120 г свинины, 30 г консервированного зеленого горошка, белок яйца, 15 г репчатого лука, 1 г глутамината натрия, 5 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 10 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, соль по вкусу.

Мякоть свинины или корейку пропустить через мясорубку, добавить немного воды, перемешать, влить взбитые белки яиц, положить мелко нарубленный репчатый лук, имбирь, соль, влить кунжутное масло, хорошо перемешать. Из фарша сформовать маленькие шарики (размером с вишню), опустить в кипящий бульон, туда положить зеленый горошек. Когда бульон закипит, снять пену, добавить специи, перелить в глубокую тарелку, полить кунжутным маслом.

Бульон сборный

(ШИЦЗИНЬ ЦАЙТАН)

40 г вареной свиной корейки, 50 г вареной курицы, 15 г ростков бамбука, 15 г грибов сянгу, 20 г мускула морского гребешка, 20 г трепангов, 30 г консервированного зеленого горошка, 12 г репчатого лука, 12 г огурцов, 1/4 г яйца, 1 г имбиря, 1 г глутамината натрия, 10 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 10 г вина (или коньяка), 1 г соли.

В состав этого бульона должно входить не менее 10 видов продуктов, которые режутся соломкой.

Набор продуктов положить в кастрюлю с кипящим бульоном, прокипятить, снять пену, влить специи (соевый соус, имбирь, вино, глутаминат натрия). Затем перелить в глубокую тарелку, добавить кунжутное масло.

Овощной бульон с курицей

(ДУНГУ ЦЗИТАН)

100 г отварной курицы, 1 головка репчатого лука, 1 стебель сельдерея, 10 шампиньонов, 20 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, соль и черный молотый перец по вкусу.

Куриное мясо нарезать соломкой, а лук, сельдерей и шампиньоны — ломтиками.

В кипящий куриный бульон (700 г) опустить лук и сельдерей, варить 10 минут. Затем добавить шампиньоны и куриное мясо, варить еще 10 минут. Перед подачей влить соевый соус, положить глутаминат натрия и перец.

Бульон с тертым куриным филе и цветной капустой

(ЦЗИЖУН ЦАЙХУА)

80 г курицы, 100 г цветной капусты, 1 яйцо, 1 г глутамината натрия, 5 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 10 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, соль по вкусу.

Филе сырой курицы пропустить через мясорубку. В фарш влить немного воды, перемешать, добавить взбитые белки яиц, положить цветную капусту, предварительно мелко нарезанную и отваренную до полу-готовности, перемешать, мелкими частями опустить приготовленную массу в кипящий бульон. Когда бульон прокипит, снять пену, добавить специи, перелить в глубокую тарелку, полить кунжутным маслом.

Бульон с тертым куриным филе и мускулом морского гребешка

(ЦЗИЖУН ГАНЬБЭЙТАН)

200 г курицы, 50 г мускула морского гребешка, белок яйца, 1 г глутамината натрия, 5 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла,

10 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, соль по вкусу.

Филе сырой курицы пропустить через мясорубку, добавить немного воды, размешать, влить взбитые белки яиц, положить мускул морского гребешка, хорошо перемешать и мелкими частями опустить приготовленную массу в кипящий бульон. Когда бульон прокипит, снять пену, добавить специи, влить кунжутное масло.

Бульон с трепангами и куриным филе

(ЧУАНЬ ХАЙШЭНЬ ЦЗИПЯНЬ)

115 г трепангов, 89 г вареной курицы, 10 г вина (или коньяка), 5 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 1 г глутамината натрия, 1 г имбиря, соль по вкусу.

Трепанги, филе вареной курицы нарезать ломтиками, прогреть в бульоне, откинуть, положить в глубокую тарелку или пиалу, налить бульон, добавить специи, влить кунжутное масло.

Бульон с тертым куриным филе и зеленым горошком

(ЦЗИЖУН ВАНЬДОУТАН)

80 г курицы, 100 г консервированного зеленого горошка, яйцо, 1 г глутамината натрия, 5 г кунжутного масла, 10 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, 5 г соевого соуса, соль по вкусу.

Филе курицы провернуть через мясорубку, добавить чуть воды, влить взбитые белки яиц, хорошо перемешать, положить зеленый горошек. Содержимую смесь мелкими частями опустить в кипящий бульон, положив глутаминат натрия, соевый соус, имбирь. Когда бульон закипит, снять пену, перелить в глубокую тарелку, влить кунжутное масло.

Суп с куриной печенью и шпинатом

(ЦЗИГАНЬ БОЦАЙТАН)

150 г куриных потрохов (печень, сердце и желудки), 20 г крахмала, 20 г соевого соуса, 2 г сахара, 25 г растительного масла, 500 г шпината, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, черный

молотый перец по вкусу.

Сердце, печенку курицы промыть и ошпарить кипятком, а желудки отварить до мягкости. Подготовленные потроха нарезать тонкими ломтиками, добавить крахмал, соевый соус, сахар, перец. Шпинат хорошо промыть и крупно нарезать.

Куриные потроха со специями выложить в горшочек, залить подсоленной водой (1 л), плотно накрыть крышкой и варить полчаса на слабом огне. После чего положить туда шпинат и варить еще 10 минут. В конце приготовления блюда добавить глутаминат натрия.

Бульон с печенью

(ЧУАНЬ НЮГАНЬ)

275 г говяжьей или куриной печени, 1 г имбиря (порошок), 15 г черного молотого перца, 15 г зеленого лука, 4 яйца, 15 г вина (или коньяка), 2 г соли, 15 г петрушки, 30 г копченой свинины.

Печень мелко нарезать или пропустить через мясорубку. Лук мелко нарезать, яйца взбить. Петрушку мелко нарубить. Свинину нарезать мелкими кубиками.

Печень смешать с имбирем, перцем, луком и яйцами. Полученную массу выложить в жароупорную стеклянную кастрюлю и варить на пару в течение 30 минут.

Бульон довести до кипения. Добавить туда вино и соль. Сваренную на пару печень, свинину уложить на тарелку, залить бульоном, посыпать петрушкой.

Бульон с бараниной и вермишелью из гороха Маш

(ЯНЖОУ ФЭНЬТЯОТАН)

195 г вареной баранины, 35 г вермишели из гороха маш, 5 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 1 г глутамината натрия, 10 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, соль по вкусу.

Нарезанную соломкой вареную баранину и вермишель из гороха маш положить в бульон, при закипании снять пену, добавить специи, влить кунжутное масло. Налить в глубокую тарелку и подать.

Суп с сушеным соевым творогом

(ЧЖУГАНЬСЫ)

300 г сушеного соевого творога («Доуфу»), 200 г вареного куриного филе, 50 г креветок, 50 г ростков бамбука, 50 г ветчины, 30 г зеленого горошка, 100 г свиного жира, 20 г соевого соуса, соль по вкусу.

Сушеный соевый творог нарезать соломкой, ошпарить кипятком 3 раза. Вареное куриное филе, ростки бамбука, ветчину также нарезать соломкой, креветки разрезать на несколько частей.

В сковороду положить 75 г свиного жира, нагреть, обжарить креветки, остудить, ветчину ошпарить кипятком.

В 500 г бульона положить куриное филе соломкой, ростки бамбука, соевый творог соломкой. 25 г свиного жира, довести до кипения, варить 15 минут, добавить соевый соус и соль, прокипятить еще 2–3 минуты, налить в глубокие тарелки и посыпать креветками и ветчиной.

Уха с редькой

(ЛОБОСЫ ТУНЬЦЗИЮЙТАН)

500 г карасей, 500 г белой редьки, 75 г свиного жира, 2 г соли, 1 г глутамината натрия, 20 г вина (или коньяка), 15 г репчатого лука, 1 г имбиря, 25 г зеленого горошка.

Карасей обработать, промыть и нанести до позвонка поперечные косые надрезы. Редьку очистить от кожицы, нарезать соломкой и ошпарить кипятком, а репчатый лук нарезать дольками.

Караси слегка обжарить на сковороде с двух сторон. Переложить в кастрюлю, добавить 2 л воды, вино, соль, глутаминат натрия, репчатый лук, имбирь, зеленый горошек, довести до кипения и варить на слабом огне 30 минут. После 20-минутной варки в бульон опустить редьку и варить до готовности.

Рыбный бульон с кочанным салатом

(ЮЙТАН СЯОБАЙЦАЙ)

100 г рыбного филе, 10 г крахмала, 20 г соевого соуса, 2 г

сахара, 25 г растительного масла, 1 кочан салата, 1 г имбиря, 5 г соли, 1 г глутамината натрия, черный молотый перец по вкусу.

Рыбу нарезать кусочками, сложить ее в кастрюлю и добавить крахмал, соевый соус, сахар, перец. Листья салата отделить от кочана и хорошо промыть.

На дне кастрюли разогреть немного масла, положить имбирь, посолить и обжарить полминуты. Затем влить в кастрюлю кипящую воду (1 л) и заложить листья салата. Варить в течение 5 минут на слабом огне. После чего положить рыбу, варить еще 10 минут (до готовности), посыпать глутаминатом натрия.

Бульон с филе из судака

(ЧУАНЬ ЮЙФУ)

125 г судака, 2 белка, 10 г глутамината натрия, 5 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 10 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, соль по вкусу.

Филе судака пропустить через мясорубку, добавить немного воды, перемешать, влить взбитые белки яиц, вино, соевый соус, кунжутное масло, положить глутаминат натрия, соль, хорошо перемешать. Сделать из фарша фрикадельки, опустить в кипящий бульон, снять пену, добавить специи, перелить в глубокую тарелку или пиалу.

Бульон с тертым филе рыбы, грибами сянгу, ростками бамбука

и ветчиной

(ЧУАНЬ ЮЙСАНЬСЫТАН)

150 г судака, 1 белок, 15 г грибов сянгу, 20 г ростков бамбука, 26 г ветчины, 1 г глутамината натрия, 10 г соевого соуса, 10 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, 5 г кунжутного масла, соль по вкусу.

Филе судака, карпа, сазана пропустить через мясорубку, добавить немного воды, влить взбитый белок, хорошо перемешать. Предварительно подготовить грибы сянгу, ростки бамбука, ветчину нарезать соломкой, тщательно перемешать. Затем мелкими частями опустить приготовленную смесь в

кипящий бульон, прокипятить, снять пену, добавить специи, перелить в глубокую тарелку или пиалу, влить кунжутное масло.

Бульон из крабов

(ЧУАНЬ СЕЖОУ)

10 речных крабов, петрушка, 2 помидора, 2 головки лука или зелень лука, 1 л куриного бульона, 1 яйцо, 25 г вина (или коньяка), 20 г соевого соуса, 10 г уксуса, 1 г глутамината натрия, соль по вкусу, 25 г растительного масла.

В кипящую соленую воду положить петрушку и крабы. Варить 7 минут. Сваренные крабы очистить от панциря и измельчить. Помидоры нарезать кружками, лук крупно нарубить, яйцо взбить.

Нагреть немного растительного масла и обжарить крабы, лук и помидоры в течение 5 минут, посолить. Затем влить гуда куриный бульон (1 л) и варить 10 минут. Снять кастрюлю с огня, по каплям влить взбитое яйцо, довести до кипения, добавить вино, соевый соус, уксус, глутаминат натрия и варить в течение 5 минут до готовности.

Бульон с крабами и свежими огурцами

(ЧУАНЬ ДАЦЗЯ ХУАНГУА)

95 г крабов, 70 г свежих огурцов, 5 г соевого соуса, 5 г кунжутного масла, 10 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, соль по вкусу.

Крабы размельчить, свежие огурцы нарезать ломтиками, опустить в готовый бульон и подогреть. Перелить в глубокую тарелку, добавить специи, влить кунжутное масло.

Бульон с трепангами, кальмарами и ростками бамбука

(САНЬСЫТАН)

60 г трепангов, 30 г ростков бамбука, 60 г кальмаров, 5 г соевого соуса, 1 г глутамината натрия, 10 г вина (или коньяка), 5 г кунжутного масла, имбирь, соль по вкусу.

Трепанги, кальмары и ростки бамбука нарезать соломкой,

прогреть в бульоне, откинуть, переложить в глубокую тарелку, добавить специи, влить кунжутное масло.

Бульон с трепангами, курицей и свежим огурцом

(ЧУАНЬ САНЬПЯНЬ)

75 г трепангов, 89 г вареной курицы, 45 г огурцов, 5 г соевого соуса, 1 г имбиря, 5 г кунжутного масла, 10 г вина (или коньяка), 1 г глутамината натрия, соль по вкусу.

Подготовленные трепанги, филе вареной курицы, свежие огурцы нарезать ломтиками, положить в кипящий бульон. Бульон должен прокипеть, снять пену, добавить специи, перелить в глубокую тарелку, влить кунжутное масло.

Бульон с трепангами, мускулом морского гребешка, ветчиной и

омлетом

(САНЬСЯНЬТАН ТУАНЬГО)

90 г мускула морского гребешка, 50 г трепангов, 38 г ветчины, белок яйца, 1 г глутамината натрия, 5 г соевого соуса, 20 г вина (или коньяка), 5 г кунжутного масла, 1 г имбиря, соль по вкусу.

Мускул морского гребешка размельчить, трепанги и ветчину нарезать ломтиками. Положить все содержимое в кастрюлю с кипящим бульоном, струйкой влить взбитое яйцо, снять пену, добавить специи. Перелить бульон в глубокую тарелку или пиалу, влить кунжутное масло.

Бульон с плавниками акулы, тертым куриным филе и грибами

сянгу

(ЦЗИЖУН ЮЙЧИ СУНЬСЫСЯНГУТАН)

40 г плавников акулы, 80 г курицы, 10 г ростков бамбука, 9 г грибов сянгу, яйцо, 1 г глутамината натрия, 10 г вина (или

коньяка), 1 г имбиря, 5 г соевого соуса, соль по вкусу.

Филе сырой курицы пропустить через мясорубку, добавить немного воды, влить взбитые белки яиц, положить нарезанные соломкой грибы сянгу, ростки бамбука, плавники акулы, глутаминат натрия, соль. Все продукты хорошо перемешать, мелкими частями опустить приготовленную массу в кипящий бульон, прокипятить, снять пену, добавить специи, перелить в глубокую тарелку или пиалу, влить кунжутное масло.

Бульон с плавниками акулы, ростками бамбука, грибами сянгу и

ветчиной

(ЦИНДУНЬ ЮЙЧИ ЦЗЯ САНЬСЫ)

110 г плавников акулы, 19 г ветчины, 24 г грибов сянгу, 16 г ростков бамбука, 1 г глутамината натрия, 5 г соевого соуса, 10 г вина (или коньяка), 1 г имбиря, соль по вкусу.

Плавники акулы ошпарить кипятком. Ростки бамбука, грибы сянгу и ветчину нарезать тонкой соломкой, положить в кипящий бульон и сразу откинуть. Затем смешать с плавниками акулы, переложить в глубокую тарелку или пиалу, залить бульоном, добавить специи.

Бульон с ласточкиным гнездом

(ТУНТЯНЬ ЯНЬВО)

100 г ласточкиного гнезда, 5 г соевого соуса, 0,5 г имбиря, 10 г вина (или коньяка), 0,5 г глутамината натрия, соль по вкус

Сварить концентрированный бульон (рецептура приготовления прозрачного бульона), заправить специями, положить ласточкино гнездо, предварительно ошпарив в кипятке.

Сладкие блюда

Яблоки в карамели

(БАСЫ ПИНЬГО)

500 г яблок, 300 г растительного масла, 100 г сахара, 100 г крахмала, 40 г муки.

Яблоки очистить от кожицы, удалить сердцевину и семена, нарезать дольками. Развести крахмал в воде, смочить в нем яблоки, затем обвалять в муке (повторить 2 раза).

Дольки яблок положить во фритюр и обжарить до золотистого цвета, жир слить. В сковороду с небольшим количеством жира положить сахар, чтобы он растворился и приобрел желтоватый цвет. Если окунуть в него кончик ножа и поднять, то сахар должен тянуться тонкой ниточкой. Яблоки, обжаренные дольками, хорошо перемешать, полить сахарным сиропом и подать к столу. Поставить пиалу с холодной водой. Дольки яблока брать вилкой и обмакивать в холодную воду. Сахар при этом карамелизуется.

Примечание: яблоки можно заменить картофелем, который дольками нужно обжарить во фритюре.

Сочима

500 г муки, 9 яиц, 450 г свиного жира, 300 г сахара, 300 г меда, 75 г семян кунжута, 100 г крахмала, 50 г изюма.

Сладкое мучное блюдо «'Сочима» является национальным лакомством маньчжуров. Это также одно из любимых блюд китайцев.

Яйца взбить, смешать с мукой, семенами кунжута, изюмом, хорошо размять, обсыпать крахмалом, раскатать в блин и нарезать лапшой, а последнюю дольками длиной 2–3 см. Свиной жир нагреть во фритюрнице. Дольки лапши обжарить во фритюре до золотистого цвета. В сахар добавить немного воды, довести до кипения, положить мед и варить до определенной консистенции (каплю сахарного сиропа положить в холодную воду, из сахара тут же образуются нехрупкие комочки). После этого сахарный сироп снять с огня, положить обжаренные дольки лапши, хорошо перемешать. Поместить в деревянную форму в виде квадрата, разровнять и дать остыть. После выложить из формы и нарезать на продолговатые кусочки.

Десерт из грецких орехов

(ХЭТАОЧЭН)

225 г очищенных грецких орехов, 175 г фиников, 250 г сахара, 75 г крахмала.

Орехи бланшировать в течение 5 минут, откинуть и снять кожицу. Обсушить, промокнув в салфетке. Финики отварить и удалить косточки.

В глубокой сковороде нагреть масло до 180°. Обжарить орехи до золотистого цвета. Масло промокнуть в салфетке. Орехи и финики измельчить до получения однородной массы.

Воду довести до кипения, всыпать сахар и положить массу из орехов и фиников. Когда сахар растворится, добавить крахмал, разведенный в воде, и, непрерывно помешивая, варить на слабом огне до загустения массы. Подавать горячим.

Сладкий крем из арахиса

(ХУАШЭНГЭН)

50 г арахисового масла (или размолотые в порошок арахисовые орехи), 60 г сахара, 20 г крахмала.

Крахмал развести в 60 г воды.

В кастрюлю влить арахисовое масло, молоко или воду, перемешать до получения однородной массы. Добавить сахар, довести до кипения при постоянном помешивании. Впить разведенный в воде крахмал и варить, помешивая, до загустения.

Вылить массу в пиалу. Подавать в теплом виде на десерт.

Каштаны в сиропе

(ПУТУНТАН)

228 г каштанов, 150 г сахара.

Каштаны очистить от скорлупы и кожицы.

В кастрюлю впить воду, положить каштаны, довести до кипения. Шумовкой снять пену, всыпать сахар, варить на слабом огне 20 минут, периодически помешивая. Подавать в холодном или горячем виде.

Бананы в сиропе меда

(МИЧЖИ СЯНЦЗЕ)

250 г бананов, 15 г масла, 100 г сахара, 30 г меда.

Бананы разрезать на 4 части.

В сковороду с маслом положить сахар, нагреть до появления золотистого цвета, влить 100 г воды, добавить сахар и мед, подождать растворения сахара, добавить в этот сироп бананы и томить до готовности (сироп должен пузыриться).

Виноград в желе

(ШУЙЦЗИН ПУТАО)

500 г винограда, 100 г сахара, 50 г желатина

Желатин размочить, добавить 1,5 л воды, прокипятить и остудить. Виноград ошпарить кипятком, снять кожицу, залить раствором желатина, посыпать сахаром и поставить в холодильник.

Компот с семенами лотоса по-китайски

(БИНТАН ЛЯНЬЦЗЫ)

100 г семян лотоса, 30 г сахара, 3 г банановой эссенции.

Полуфабрикат семян лотоса прогреть в кипятке, положить в пиалу, залив приготовленным сахарным сиропом, влить банановой эссенции и отпустить.

Список использованной литературы

1. «Деликатесы». Сост. Шанхайский научно-исследовательский центр сервиса и пищевой, технологии. Шанхай, издательство «Культура», 1985 г., на кит. яз.

2. «Блюда пекинского „Ресторана Национальностей“». Авт. группа «Ресторана Национальностей». Пекин, издательство «Турист», 1985 г., на кит. яз.

3. «Деликатесы ресторана „Пекин“». Авт. группа ресторана «Пекин», Пекин, издательство легкой промышленности, 1959 г., на кит. яз.

4. «Деликатесы ресторана „Пекин“», тт. 1-11 (Новое расширенное издание). Авт. группа ресторана «Пекин». Пекин, издательство «Турист», 1985 г., на кит. яз.

5. «Технология кантонских (гуанчжоуских) деликатесов». Сост. Гуанчжоуская компания питания. Гуанчжоу, Народное издательство, 1957 г., на кит. яз.

6. «Кондитерские изделия Китая». Сост. журнал «Технология пищевых продуктов». Пекин, издательство «Турист», 1983 г., на кит. яз.

7. «Деликатесы Китая» (сычуаньская, кантонская, цзянсуская, чжцзянская кухня). Сост. отдел общественного питания министерства торговли Китая. Пекин, издательство легкой промышленности, 1960 г., на кит. яз.

8. «36 способов тепловой обработки продуктов». Авт. Ма Шутун. Пекин, издательство Народно-освободительной армии, 1985 г., на кит. яз.

9. «100 блюд домашней кухни». Авт. Да Ган, Пэн Вэнь. Пекин, издательство «Турист», 1985 г., на кит. яз.

10. «Технология приготовления пищи». Авт. Уханьское управление городского сервиса. Ухань, Хубэйское народное издательство, 1958 г., на кит. яз.

11. «Блюда домашней кухни». Авт. Ли Вэнь. Шанхай, издательство «Культура», 1957 г., на кит. яз.

12. «Сборник деликатесов». Авт. Ши Лянь. Шанхай, издательство «Культура», 1957 г., на кит. яз.

13. «Продукция местной промышленности Китая», *mm.* 1-П. Авт. группа газеты «Дагунбао». Шанхай, издательство газеты «Дагунбао», 1952 г., на кит. яз.

14. «250 блюд китайской кухни». Авт. Васильев Ф.И. Москва, Госторгиздат, 1959 г., нарусск. яз.

15. «Китайская кухня». Гонконг, издательство «Октопус», 1984 г., на англ. яз.

16. «Чудесная кухня Дальнего Востока». Авт. Нина Фрауд. Лондон — Нью-Йорк — Сидней — Торонто, издательство «Хэмлин», 1971 г., на англ. яз.

17. «Региональная китайская кухня». Сингапур, издательство «Виста продакшн», 1979 г., на англ. яз.

18. «Китайская кухня». Мюнхен, издательство «Вильгельм Гейне ферлаг», 1969 г., на немец, яз.